EVANGELISCHES RUNDFUNKREFERAT NRW / KIRCHE IM WDR

Ev. Rundfunkreferat NRW / Kirche im WDR - Hans-Böckler-Str. 7 - 40476 Düsseldorf
TELEFON: 0211-41 55 81-0 - buero@rundfunkreferat-nrw.de - www.kirche-im-wdr.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Ev. Rundfunkreferat NRW. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 2 | 30.04.2014 05:55 Uhr | Maike Siebold

Intelligenz des Körpers

Warum niesen wir? Welches Organ ist das größte? Wo liegt der Steigbügel im menschlichen Körper? Wo der Mandelkern? Unser Körper ist ein faszinierendes Wunderwerk, aber wir kennen ihn kaum. Viele wissen mehr über ihr Auto, als über ihren Körper...

Der Autor Paul Auster hat seine jüngst erschienene Biografie aus der Sicht seines Körpers geschrieben. Er erzählt, was seine Hand, seine Füße, seine Glieder im Laufe eines langen Lebens getan haben, welche Geschichten sich hinter seinen Narben und Falten verbergen, was sein Herz gefühlt und was sein Bauch geahnt hat.

Die Körperperspektive auf sein Leben, zeigt, wie spektakulär unser Organismus ist und wie schlecht wir ihn kennen.

Die Meisten von uns haben keinen Zugang mehr zu seinen Ressourcen und können die Weisheit, die in ihm steckt, nicht richtig nutzen. Seine Rhythmen und Reaktionsweisen bleiben oft unbemerkt, die Signale, die er sendet, unverstanden. Wir sind in unserem Körper nicht mehr zu Hause; er ist für uns ein Gegenüber, ein Objekt, das wir bekämpfen, vernachlässigen oder durch Verschönerungen "aufpimpen“.

Wenn in einem Seminar für Führungskräfte, die Teilnehmer aufgefordert werden, unter freiem Himmel Dehnübungen zu machen und in sich hineinzuhören, reagieren die Damen und Herren in der Regel unwirsch. Sie finden so etwas unangenehm, unprofessionell oder verdächtig nahe an der Esoterik. Was ist los mit uns, wenn wir es okay finden, einen ganzen Tag lang in ergonomisch ungünstigster Haltung, in einem schlecht gelüfteten Seminarraum mit unangenehmen Licht zu sitzen, es aber hingegen seltsam finden, nach draußen zu gehen und etwas mit unserem Körper anzustellen?!

Paul Auster zeigt mit schonungsloser Offenheit, wie stark unser Leben von unserem Körper diktiert wird. Er sinniert darüber, dass sein Körper schneller und klüger ist als sein Kopf. Recht hat er. Die meisten unserer Lebensentscheidungen basieren auf unserem - gern so genannten - Bauchgefühl.

Unserer Partnerwahl z. B. beruht nun wirklich nicht auf einer fein ausgearbeiteten Exeltabelle. Unser Verhalten beim Sport, im Umgang mit unseren Freunden und sogar bei den Aktien ist bestimmt durch unsere Intuition und nicht durch kluges analysieren und sachliches Abwägen. Unsere Intuition ist dominanter und schneller als unser Kopf und lenkt deswegen unsere Entscheidungen.

Wenn unser Körper ein derart wichtiges Instrument ist, dann sollten wir ihn auch stärker und bewusster einsetzen. Rosa Parks tat es, als sie sich im Bus einfach setzte, Willy Brandt als er in Warschau auf die Knie sank, Tausende im Osten bei den friedlichen Montagsdemonstrationen. Und in Ägypten taten es die Muslime, als sie einen schützenden Kreis um eine Kirche bildeten, um den Gottesdienst der Christen zu schützen.

Christen wiederum bildeten während der Demonstrationen einen Kreis um die Muslime, damit diese ungefährdet ihrem Gebet nachgehen können.

"Wisst ihr denn nicht, so schreibt der Apostel Paulus, dass euer Körper ein Tempel des Heiligen Geistes ist und den ihr von Gott bekommen habt? Darum preist Gott mit eurem Leibe!“ (1. Kor. 6, 19+20) Gott will uns, unseren Körper. Er will, dass aus dem Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele etwas Gutes entsteht, dass wir mit dem Körper, mit Händen und Füßen die Liebe zur Welt beweisen. Schaffen wir körperliches Wohlbefinden mit allem, was uns zur Verfügung steht. Holen wir den Kaffee für den Kollegen, kochen wir für die neuen Nachbarn eine Mahlzeit, nehmen wir unseren traurigen Freund in den Arm. Nicht nur mit klugen Sprüchen und Gedanken, sondern eben auch mit unserem Körper können wir Großartiges leisten und für andere da sein.