

7. Predigt

„All meinen Ängsten hat er mich entrissen“

Befreiung von Angst und Ermutigung zum Leben

Liebe Schwestern und Brüder,

ich sehe das Bild noch immer vor mir: Bei einer Jugendfreizeit in den Tiroler Bergen kraxeln wir durch felsige Gegend dem Gipfel entgegen. Unter den Teilnehmern ist ein 17jähriger Draufgänger, der von sich sagt, kein Weg sei ihm zu steil, kein Berg zu hoch. Er suche hier endlich einmal eine richtige Herausforderung. Natürlich ist er weit vornweg. Als ich schließlich mit der Nachhut auch auf dem Gipfel ankomme, sehe ich dieses Bild des Jammers: Unser junger Freund klammert sich ans Gipfelkreuz, seine Knie zittern, er heult wie ein Schlosshund. Nie wieder steigt er auf einen Berg! Direkt hinter dem Kreuz fällt der Berg senkrecht ab, es geht steil nach unten, das Auge findet keinen Halt mehr. Schwindel hat unseren mutigen Bergsteiger erfasst und damit eine Angst, so tief wie der Abgrund, der vor ihm liegt. Andere hat es schon vorher erwischt, irgendwo in einer Biegung des Weges: die Knie werden weich wie Pudding, keinen Schritt mehr weiter! Wen die Höhenangst gepackt hat, der ist wie gelähmt. Nichts geht mehr.

Über den Wolken muss die Freiheit wohl grenzenlos sein!? Es sein denn, man ist nicht schwindelfrei.

Der Philosoph Sören Kierkegaard hat einmal gesagt:

„Angst ist das Schwindelgefühl der Freiheit. Sollte einer meinen, es sei eben das Große an ihm, dass er nie Angst gehabt habe, so werde ich ihm mit Freuden meine Erklärung dafür eröffnen: das kommt, weil er sehr geistlos ist.“

„Wo der Geist ist, da ist Freiheit“ war unser Thema heute Vormittag. Wo aber Freiheit ist, da ist auch Angst – wenn Kierkegaard recht hat.

Zunächst einmal schränkt Angst die Freiheit ein – das habe ich oft erlebt, bei mir und bei anderen. Will ich mich auf die Suche machen nach der größeren Freiheit, muss ich demnach Wege finden, die aus der Angst herausführen. Und wenn ich dann ein wenig mehr Freiheit gefunden habe, überfällt mich möglicherweise neue Angst, das Schwindelgefühl der Freiheit. Ist das ein Teufelskreis? Wie können wir damit umgehen?

Und welche Art von Angst ist hier eigentliche gemeint?

Wenn ich davor Angst habe, vom Hochhaus zu springen, im Zoo ins Raubtiergehege zu steigen oder mich mit Leuten anzulegen, die dreimal stärker sind als ich, dann ist das eine sinnvolle, eine gesunde Angst, die mein Leben und meine Freiheit beschützt. Darüber brauchen wir hier nicht zu sprechen.

Im Blick auf die negativen Seiten der Angst sprechen Psychologen von der „Angstkrankheit“, an der immer mehr Menschen leiden und die unzählige Gesichter hat. Diese Leute brauchen fachkundige Hilfe. Auch das können wir hier nicht vertiefen.

Was mich beschäftigt sind Ängste, die mir immer wieder in seelsorglichen Gesprächen begegnen. Es sind diffuse, unbestimmte Ängste, die sich wie Mehltau über das Leben legen, es einengen, die Lebensfreude nehmen, ja manchmal geradezu lähmend sein können. Diese Art von Ängsten gilt es wahrzunehmen und in der Kraft des Glaubens zu überwinden um der größeren Freiheit willen.

In der Bibel steht über hundertmal die direkte Aufforderung „fürchte dich / fürchtet euch nicht!“ Ich schließe daraus, dass die Bibel ein Buch wider die Angst sein will. Aber oft ist leider genau das Gegenteil der Fall.

Menschen fürchten sich vor Gott. Religion, auch die christliche, kann immer noch Angst auslösen. Wer will, findet in der Bibel genug Aussagen, die das begründen. Das AT ist hier so wieso eine reine Fundgrube, wenn es um einen zürnenden, drohenden, strafenden Gott geht. Dass auch hier schon andere Töne angeschlagen werden, wird dann leicht übersehen, ändert aber auch wenig an dem dort vorherrschenden Gottesbild. Da mögen die Gewichte im NT anders verteilt sein. Aber auch Jesus warnt und droht, spricht von Orten, wo die Ausgestoßenen heulen und mit den Zähnen knirschen. Und die Kirche hat über all die Jahrhunderte mit ihrer Verkündigung die Ängste eher geschürt als abgebaut.

Natürlich fürchtet sich heute kaum noch jemand vor einer Hölle mit vielen Teufeln und brennendem Schwefel. Wo kamen diese Vorstellungen eigentlich her?

Früher standen in der Erziehung und in der Justiz körperliche Strafen im Vordergrund. Im Mittelalter hat das einen traurigen Höhepunkt erreicht. Menschen haben andere Menschen auf grausamste Weise gequält, um sie zu bestrafen. Entsprechende Vorstellungen hatte man von der Hölle, dem Ort der Strafen Gottes.

Heute strafen wir durch Liebesentzug, Missachtung, Aberkennung von Ansehen, öffentliches Bloßstellen, Mobbing usw. Gestraft wird nicht nur, wer ein Verbrechen begeht, sondern auch, wer die Erwartungen nicht erfüllt, die an ihn gestellt werden – von den Eltern, den Lehrern, dem Chef, der Gesellschaft; gestraft wird, wer nicht genügend Erfolg hat, sich nicht anpasst. Und so treibt uns die bange Frage um: Kann ich dem genügen, was von mir erwartet wird; bin ich erfolgreich, mache ich alles richtig, bin ich den Augen anderer akzeptabel? Verdienne ich die Anerkennung und Liebe, die ich brauche?

Und auch diese Ängste werden auf Gott übertragen. Bin ich gut genug für Gott? Kann ich seinen Ansprüchen gerecht werden? Mache ich in seinen Augen alles richtig? Wird er mich liebevoll aufnehmen oder mich fallen lassen?

All diese Sorgen sind tatsächlich auch eine Folge unseres freien Willens. Denn könnten wir uns nicht frei entscheiden, dann könnten wir auch nichts falsch machen. Wenn wir aber alle unsere Möglichkeiten sehen – und die Verantwortung, die damit verbunden ist – dann kann uns wirklich schwindlig werden. *„Angst ist das Schwindelgefühl der Freiheit.“*

Aber es gibt ein Gegenmittel. Wir haben in der Lesung davon gehört.

*„Alle, die sich vom Geist Gottes leiten lassen, sind Kinder Gottes.
Denn ihr habt nicht einen Geist empfangen, der euch zu Sklaven macht,
so dass ihr euch immer noch fürchten müsstet,
sondern ihr habt den Geist empfangen, der euch zu Söhnen und Töchtern macht,
den Geist, in dem wir rufen: Abba, Vater!“ (Röm 8,14-15)*

Hintergrund dieser Überlegungen des Apostels Paulus ist die damaligen Gesellschaftsordnung. In einem Haushalt lebten neben dem Hausherrn und seiner Frau die Kinder und Sklaven. Zwar hatten die Kinder damals nicht viel zu melden und mussten sich ähnlich wie die Sklaven im Gehorsam dem Hausherrn unterordnen. Aber sie hatten Rechte, sie waren, sobald sie erwachsen wurden, frei, und sie hatten einen Anspruch auf das Erbe – also eine gesicherte Zukunft.

Und genau das unterschied sie von den Sklaven. Die hatten so gut wie keine Rechte, kein Anspruch auf Entlohnung oder gar ein Erbe – sie waren voll und ganz abhängig von der Gunst ihrer Herren. Sie hatten keine gesicherte Zukunft und damit allen Grund sich zu fürchten.

Wir haben den Geist empfangen, der uns zu Kindern Gottes macht. Dieser Geist schenkt uns Vertrauen in die Liebe Gottes – das ist das Gegenmittel zur Angst und schafft eine Freiheit ohne Schwindelgefühl. Selbst wenn wir, um im Bild der Bergwanderung zu bleiben, einmal abstürzen sollten: Wir werden aufgefangen von Gott, der uns seine Liebe als verbindliches Erbe zugesagt hat.

Lassen Sie uns jetzt noch einen kurzen Blick auf den zweiten Schrifttext dieses Gottesdienstes werfen. Die Erzählung von einer stürmischen Nacht auf dem See Genezareth gehört zu den eindruckvollsten Mutmach-Geschichten des Evangeliums. Sie will nicht nur von einem einmaligen Ereignis berichten, sondern ein Spiegelbild unseres Lebens sein.

Mittelalterliche Künstler haben es so dargestellt: die Menschheit, oder auch jeder einzelne Mensch, in einer Nussschale unterwegs auf dem aufgewühlten Meer des Lebens – und dann noch Gegenwind. Kennen Sie dieses Gefühl?

Im Evangelium heißt es nun aber nicht: Die Jünger kämpften gegen die Wellen und hatten Angst unterzugehen. Erst als sie Jesus auf sich zukommen sahen, schrien sie vor Angst.

Da ist er wieder, dieser Gott, der plötzlich auftaucht wie ein Gespenst und Angst macht!

Und wir hören das unvermeidliche: „Fürchtet euch nicht! – Habt Vertrauen – ich bin es.“

„Ich bin es“ – das erinnert an den Gottesnamen Jahwe = Ich bin da! Ich bin da in deiner Not, deiner Verzweiflung, deiner Angst – du kannst mir vertrauen.

Muss dieser vorwitzige Petrus jetzt auch noch aussteigen und über das aufgewühlte Wasser auf Jesus zugehen? Ja, er muss, damit wir noch etwas Entscheidendes lernen können.

Wenn wir unseren Blick nur darauf richten, was uns Angst macht und bedroht, gehen wir unter. Wenn wir aber auf Gott schauen, der uns in Jesus seine Hand entgegenstreckt, dann werden wir gerettet, der Sturm legt sich, die Angst ist überwunden.

So wie es auch der Beter von Psalm 34 erfahren hat – wir haben es im Antwortgesang gehört:

*„Ich suchte den Herrn und er hat mich erhört, * er hat mich all meinen Ängsten entrissen.“*

AMEN

© Walter Mückstein