

Predigttext: Matth. 6,25-34 „Sorgt euch nicht um euer Leben ...“

Liebe Gottesdienstgemeinde

Vor einiger Zeit war ich an einer Tagung zum Thema „Sicherheit“. Sicherheit, so wurde dort erzählt, heisst auf Lateinisch *securitas* – wie die Firma, die nachts für Sicherheit in unseren Einkaufsstrassen oder auf dem Industriegelände sorgt. *Securitas* kommt von *sine-cura*, das heisst: „ohne Sorge“. Auf Lateinisch heisst Sicherheit also wörtlich „Sorglosigkeit“, „Sorgenfreiheit“.

Das fand ich interessant. Sorglosigkeit ist ja eher ein Gefühl, Sicherheit mehr ein Zustand. Sorglos kann man auch sein, obwohl die Verhältnisse alles andere als sicher sind. Und umgekehrt kann man auch unter relativ sicheren Bedingungen leben und alles andere als sorglos sein.

Auf der Tagung wurde unter anderem über Sicherheit als Thema in der Politik gesprochen. Manchmal versprechen Parteien, wenn man sie wähle, würden sie dafür sorgen, dass das Land sicherer wird. Oft sind es aber dieselben Parteien, die einem ständig irgendwelche Gefahren vor Augen führen: Überfremdung, wirtschaftliche Krise, Kriminalität ... Damit vergrössern sie nicht unser Sicherheitsgefühl, sondern eher unsere Sorge. Sie reden von Sicherheit, machen es uns aber schwerer, uns sorglos und in diesem Sinne sicher zu fühlen. So weit die Diskussion an der Tagung.

Dazu passt, was der Oltener Schriftsteller Alex Capus am 23. Juli in der Basellandschaftlichen Zeitung in seiner Kolumne schreibt:

„Wir leben in einem der schönsten und sichersten Länder der Welt. Wir Schweizer haben statistisch gesehen die besten Chancen weltweit, von der Geburt bis zum Tod ein Leben lang von Krieg, Hunger, Krankheit, Arbeitslosigkeit und Obdachlosigkeit verschont zu bleiben. Trotzdem – oder gerade deshalb – sind wir ängstlich wie sonst kaum jemand auf der Welt.“

In der Schweiz herrsche eine „Atmosphäre der Verunsicherung“, die in keinem Verhältnis zur realen Bedrohung stehe. Jetzt in der Ferienzeit reisen wir in andere Länder und sind begeistert, dass deren Bewohner fröhlicher, entspannter und sorgloser leben als wir – obwohl sie unter Kriegen und düsteren Zukunftsaussichten leiden, wie sie die Schweiz seit hundert Jahren nicht mehr kennt. Wir sind dann ein bisschen neidisch und wünschen uns, wir könnten weniger ängstlich sein und das Leben ebenso geniessen wie sie. Kaum sind wir wieder zu Hause, fürchten wir uns dann wieder vor Asylbewerbern oder Zigarettenschmugglern.

Sicherheit ist nicht einfach ein Zustand, sondern auch ein Gefühl und eine innere Haltung. Aber wie kommen wir zu dieser Haltung? Wie bekommt man dieses Gefühl? Was machen wir mit unseren Ängsten, die wir laut Alex Capus eigentlich gerne loswürden, nur schaffen wir das nicht ohne weiteres?

Kann man sich „umprogrammieren“? Ein Stück weit geht das. Wenn es einem in den Ferien besser gelingt, sich zu entspannen, kann man z. B. versuchen, etwas von dieser „Entspanntheit“ in den Alltag hinüber zu nehmen – oder sich im Alltag ab und zu ganz bewusst daran zu erinnern, wie man sich während der Ferien gefühlt hat. Es gibt sogar Trainingsmethoden für die Gedanken, z. B. die kognitive Verhaltenstherapie, die auch Michael Dieterich in seiner biblisch-therapeutischen Seelsorge aufnimmt. Dort lernt man,

Gedanken, die einen quälen oder einem Angst machen, in die Schranken zu weisen. Das kann man z. B., indem man einen stärkenden, positiven Gedanken dagegensetzt. Das ist ein ganz ähnliches Prinzip wie das Sich-selber-Zureden, das wir im Psalm 103 und im Lied „Geh aus, mein Herz, und suche Freud“ kennen gelernt haben.

Wo sollen wir hin mit unseren Ängsten? In der Bibel finden wir auf diese Frage eindruckliche Antworten. Angst und Sicherheit sind Themen, die in der Bibel häufig vorkommen. Wenden wir uns zuerst der Angst zu. Dazu möchte ich Ihnen einen Teil aus dem 69. Psalm vorlesen:

**Hilf mir, o Gott,
das Wasser steht mir bis zum Hals.
Ich bin versunken in tiefem Schlamm,
wo kein Grund ist.
In Wassertiefen bin ich geraten,
und die Flut reisst mich fort.
Ich bin erschöpft von meinem Rufen,
meine Kehle brennt,
meine Augen ermatten,
da ich harre auf meinen Gott. ...
Erhöre mich, Herr, denn deine Güte ist köstlich,
in deinem grossen Erbarmen wende dich mir zu.
Verbirg dein Angesicht nicht vor deinem Diener,
denn mir ist bange, erhöre mich bald.**

Die Angst ist in diesen Worten mit Händen zu greifen. Aber können solche Verse auch Mut machen? Ich denke schon. Manchmal sprechen uns solche Worte aus der Seele. Sie drücken das aus, wofür wir vielleicht noch gar keine Worte haben.

Besonders beeindruckend finde ich, dass diese Texte von gläubigen Menschen stammen. In diesem Fall von König David, dem der Psalm zugeschrieben wird; im Hiobbuch und beim Propheten Jeremia finden wir ähnliche Worte. Auch die grossen Vorbilder aus der Bibel haben manchmal Angst. Ihr „Rezept“ ist: Sie stehen zu ihren Gefühlen. Das ist befreiend. Wenn wir Angst haben und in der Bibel lesen, sehen wir: Anderen geht es auch so. Wir müssen uns für unsere Ängste nicht schämen. Angst ist ja nichts, das Strafe oder Kritik verdient, sondern Verständnis. Darum können wir solche Psalmverse ganz unbefangen mitbeten, wenn uns danach zumute ist.

Was ist nun aber das Gegenstück zur Angst? Sicherheit? Geborgenheit? Dieser Gedanke wäre naheliegend. Aber gibt es absolute Sicherheit? Gibt es – in dieser Welt, in diesem Leben – völlige Geborgenheit? Haben wir nicht immer irgendwelche Gründe zur Sorge? Man sorgt sich doch sein Leben lang um irgendetwas. Als Kind hat man Sorgen wegen der Freunde, wegen Schulnoten, wegen dem Strassenverkehr, wenn man das erste Mal von daheim weg ist, wenn man in eine neue Schule wechselt; als Jugendliche(r), wenn man das erste Mal verliebt ist, wenn man die erste Lehrstelle antritt; als Erwachsene(r) sorgt man sich wegen dem Beruf oder der Arbeitsstelle, besonders macht man sich Sorgen, wenn man liebt: um den Partner, die Partnerin, die Kinder, die Eltern, wenn sie älter werden usw.

Jesus sagt einmal zu seinen Jüngern: „**Die Füchse haben Höhlen und die Vögel des Himmels haben Nester, der Menschensohn aber hat keinen Ort, wo er sein Haupt hinlegen kann.**“ (Lukas 9,58)

Jesus redet hier von seinem eigenen Schicksal. Er „warnt“ aber auch seine Jüngerinnen und Jünger, worauf sie sich einlassen, wenn sie sich ihm anschliessen. Da ist nichts mit

Geborgenheit oder Sicherheit! Das gilt grundsätzlich für alle Menschenkinder, es gilt aber ganz besonders für die Jünger und alle, die heute in den Fussspuren Jesu gehen möchten. Sie müssen eine gewisse Schutzlosigkeit in Kauf nehmen. Das gehört dazu.

Die Jünger mussten damals herumziehen, ihr Auftrag verfrachtete sich schlecht mit einem festen Wohnsitz. Die Schutzlosigkeit hat aber auch mit der Botschaft zu tun, die Jesus verkündet und lebt. Es ist eine Botschaft der Liebe, d. h. es ist eine Botschaft, die davon lebt, dass man sich auf die Menschen, denen man sie weitergeben möchte, einlässt. Dass man sie an sich heranlässt, dass einem etwas an diesen Menschen liegt. Die wunderbare Botschaft vom Leben, von Versöhnung, von der Erlösung von Schuld und Auferweckung ins ewige Leben: Ohne Liebe lässt sich diese Botschaft nicht verkünden.

Liebe aber macht, wie gesagt, schutzlos. Man wird sensibler für den Kummer anderer, man sorgt sich mehr. Bertold Brecht beschreibt das in einem Liebesgedicht:

*Der, den ich liebe
Hat mir gesagt
Dass er mich braucht.
Darum
Gebe ich auf mich acht
Sehe auf meinen Weg und
Fürchte von jedem Regentropfen
Dass er mich erschlagen könnte.*

Liebe macht sensibler, dünnhäutiger. Das Gegenstück zur Angst kann also nicht völlige Sicherheit und auch nicht Sorglosigkeit im Sinn von Gleichgültigkeit sein. Wenn Jesus sagt: „Sorgt euch nicht“, meint er damit sicherlich nicht, die Mitmenschen sollen einem egal sein. Er sagt ja auch nicht: „Sorgt euch nicht um andere“, sondern: **„Sorgt euch nicht um euer Leben, was ihr essen werdet, noch um euren Leib, was ihr anziehen werdet. Ist nicht das Leben mehr als die Nahrung und der Leib mehr als die Kleidung?“** Es geht um den Lebensunterhalt, die Sorge um den eigenen Lebensunterhalt. Das ist eine Art der Sorge, die durch die Liebe weniger wird. Der Blick auf andere Menschen – und ihr Wohl – befreit aus dem ängstlichen Kreisen um sich selber. Aus dem ständigen Sich-Fragen: Habe ich genug für mich? Reicht es für mich? Aber auch: Bin ich gut genug? Schön genug? Reich genug? Schaffe ich genug? etc.

Vielleicht könnte man das Gegenstück zur Angst „Mut“ nennen. Mut ist nicht die Abwesenheit von Angst, sondern die Bereitschaft, seine Angst zu überwinden, und der Wille, sich nicht von der Angst beherrschen, bestimmen zu lassen. Wie aber macht man das?

„Schaut auf die Vögel des Himmels: Sie säen nicht, sie ernten nicht, sie sammeln nicht in Scheunen – und euer himmlischer Vater ernährt sie. ...

Und was sorgt ihr euch um die Kleidung? Lernt von den Lilien auf dem Feld, wie sie wachsen: Sie arbeiten nicht und spinnen nicht, ich sage euch aber: Selbst Salomo in all seiner Pracht war nicht gekleidet wie eine von ihnen.“

Jesus lenkt die Aufmerksamkeit der Jünger dorthin, wo Gottes Fürsorge besonders deutlich sichtbar ist. Das ähnelt ein bisschen der kognitiven Verhaltenstherapie. Nicht dorthin schauen, wo die Angst grösser wird, sondern sich auf die positiven Erfahrungen konzentrieren, die Mut machen. Und vielleicht überhaupt etwas entspannter ans Leben herangehen. Jesus macht seinen Jüngern auch klar, dass es gar nicht so viel zum Leben braucht. Es genügt, wenn man jeden Tag zu essen findet und ein Dach über dem Kopf hat. Es braucht kein eigenes Haus. Die Jünger haben ja nur die Kleider, die sie am Leib tragen. Das Essen müssen sie Tag für Tag erbitten, Vorräte tragen sie keine bei sich, Geld auch nicht.

Mut lässt sich trainieren und Mut braucht Übung. Jesus und die Jünger üben sich durch ihren Lebensstil jeden Tag. So werden sie unabhängiger von materiellen Gütern und lernen, die vielen kleineren und grösseren Ängste des Alltags zu überwinden und auszuhalten.

Wie ist es aber, wenn man in seinem Leben ernsthaft bedroht ist, wenn es buchstäblich ums Überleben geht? Das war auch für die Jünger nochmals ein anderes Kaliber. Wir können in den Passionsgeschichten nachlesen, wie sie im Moment der Todesangst reagieren. Sie geraten in Panik, brauchen eine Weile, bis sie sich wieder gefangen haben. Wie gehen wir damit um, wenn die Angst nach uns greift und uns, wie dem Psalmdichter, das Wasser bis zur Kehle steht? Was tat Jesus im Moment der Angst, des „Verzagens“, wie es in den Evangelien heisst?

Auch da ist wieder die Botschaft der Liebe der Schlüssel. Die Liebe, die den Blick von uns und unserer Angst weg lenkt. „Wenn du willst, lass diesen Kelch an mir vorübergehen“, sagt Jesus zu Gott. „Aber nicht wie ich will, sondern wie du willst.“ Jesus sagt, was er sich wünscht, was er am liebsten möchte, und er äussert seine Angst. Er steht zu seiner Angst, wie die Dichter der Psalmen. Der Blick hin zu Gott und seinem höheren Plan, – der für uns Menschen noch nicht verständlich ist, aber wir wissen, dass Gott es gut meint und gut machen wird, – dieser Blick besänftigt unsere Angst. Wenn man Angst hat, wird der Blick ganz eng und auf die eigene Person bezogen. Wenn man auf Gott schaut, wird der Blick wieder weit. Der Blick auf Gott und auf die Menschen, die ihn brauchen, lässt Jesus seine Angst überwinden und die starken, eindrücklichen Worte sagen: „Nicht wie ich will, sondern so wie du willst.“ Solche Worte kosten Überwindung. Doch sie zeugen davon, dass die Liebe die Angst überwindet.

Nicht immer ist es Todesangst, die uns beschäftigt, oft sind es kleinere, alltäglichere, „harmlosere“ Ängste – falls Angst je harmlos ist. Aber oft stehen wir im Kleinen vor der Entscheidung, ob wir unsere Angst wichtiger nehmen oder ob wir den Vorzug der Liebe geben und dem Mut. Jedes Mal, wenn wir uns für die Liebe entscheiden, haben wir ein Stückchen Terrain gewonnen.

In diesem Sinn wünsche ich uns allen Sicherheit, so viel Sicherheit, wie in dieser Welt und in diesem Leben möglich ist. Noch mehr als Sicherheit aber wünsche ich uns Mut, für all unsere Schritte, im Alltag und auch während der Ferienzeit. Den Mut gewinnen wir jeden Tag aus dem Vertrauen auf die Liebe Gottes. Sein Segen wacht über uns.

Amen.

Gehalten am 5. August 2012 von Pfrn Kirsten Jäger
Evangelisch-reformierte Kirchengemeinde Muttenz