

PREDIGTSERIE
QUICKLEBENDIG

GOTTESDIENST
Chile dihei

SONNTAG, 21. JUNI 2020

"FURCHTLOS LEBEN"
QUICKLEBENDIG

PFARRER SAMUEL HERTNER

reformierte
kirche steinmaur-neerach

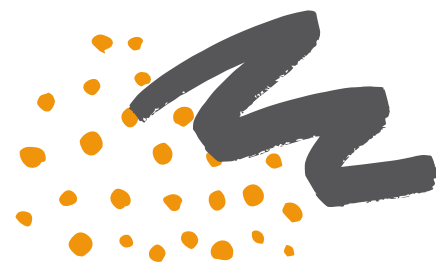
Meine Lieben

So schön, seid ihr heute wieder da! Und was für eine Zeit haben wir hinter uns. Eine verrückte Zeit. Wenn mir jemand vor einem Jahr gesagt hätte, dass wir im Frühjahr 2020 Kirche nur Online machen werden, dass das gesamte Gesellschaftliche Leben zum Stillstand kommen wird, dann hätte ich dem nicht geglaubt. Wie oft haben wir in der Vergangenheit schon Stimmen gehört, die alles mögliche Schlimme vorhergesagt haben und nie ist es eingetroffen. Hättet ihr dies für möglich gehalten?

Nun wollen wir heute aber fortfahren in unserer Serie «Quicklebendig». Darin geht es ja primär darum, dass wir uns darüber Gedanken machen, wie wir als Christen in Freiheit leben können. Jene Freiheit, die Jesus Christus für uns so teuer am Kreuz erkaufte hat. Jene Freiheit, die leider nicht für alle in gleichem Masse alltäglich ist und doch ist sie schon fast zu Greifen nah.

«Furchtlos leben»-unter diesem Titel steht der heutige Gottesdienst. Als wir diese Predigtreihe aufgleisten, wussten wir nicht, dass wir heute bereits wieder gemeinsam feiern dürfen. Aber irgendwie passt das Thema–die vergangenen Monate waren nicht einfach. Gewiss, für die einen gab es auch viele positive Erfahrungen, aber Corona und damit verbunden der Lockdown hat auch dazu geführt, dass in uns Ängste aufkamen. Existentielle Ängste, Ängste, die mit einem fehlenden Vertrauen ins System und unsere Gesellschaft zusammenhängen, Angst vor der Krankheit selber, u.s.w.

Doch Angst und Furcht sind ja nicht erst durch Corona in unser Leben gekommen. Sie begleiten uns während unserem ganzen Leben, mal mehr, mal weniger. Angst und Furcht kennen wir alle. Es ist im Übrigen auch die erste Emotion, die in der Bibel nach dem Sündenfall erwähnt wird: Die beiden ersten Menschen haben sich vor Gott gefürchtet, als sie ihn kommen hörten. Seit Menschengedenken ist somit «Furchtlosigkeit» eine tiefe innere Sehnsucht. Eine Sehnsucht, die Männer und Frauen immer wieder zu erreichen versuchten. Furchtlosigkeit wird angestrebt in militärischem Training, die Polizei in den USA z.B. erhält eine Sonderschulung, die aus einem gewöhnlichen Polizisten ein furchterregendes Raubtier macht, vor dem sich die «Bösen» zu fürchten haben, in Kampf- und Kontaktsportarten wird viel Wert auf Mental-Training gelegt– aber auch in Coaching, Supervision, Seelsorge, Beratungen, in der Psychotherapie wird auf allen Ebenen mit unterschiedlichen Mitteln und unterschiedlichen Zielen versucht, unseren Ängsten und unserer Furcht irgendwie konstruktiv zu begegnen und diese im besten Fall zu überwinden.



Wenn es um «Furchtlosigkeit» geht, dann kommen mir als erste die Wikinger in den Sinn. Sie üben auf mich eine gewisse Faszination aus. Sie sind für mich und viele andere der Inbegriff von Furchtlosigkeit. Ihre Furchtlosigkeit ist das Zeug, aus dem Legenden entstanden sind. Sie war das, was die Leute damals in Angst und Schrecken versetzt hat. Als diese Nordmänner begannen, die britischen Inseln zu überfallen, waren diese Entsetzt über deren Art zu kämpfen – noch nie zuvor hatten sie es mit Gegnern zu tun, die dermassen furchtlos in den Kampf gingen.

Doch diese Furchtlosigkeit kam nicht von ungefähr. Die war tief verwurzelt in ihrem Glauben. Sie waren zutiefst davon überzeugt, dass das Schicksal ihnen einen bestimmten Zeitpunkt des Todes zugeschrieben hat, dem sie nicht entinnen konnten. Und weil der Tod unabwendbar war und sowieso jederzeit eintreten konnte, war es ihr höchstes Ziel, mit möglichst viel Ruhm und Ehre zu sterben. Und die beste und edelste Art zu sterben, in ihren Augen, war der Tod auf dem Schlachtfeld. Denn dann, so waren sie zutiefst und unerschütterlich überzeugt, würde Odin sie persönlich zu sich holen als auserwählte Krieger, welche an seiner Seite am Ende aller Zeiten mit ihm gegen die bösen Kräfte kämpfen würde. Das war der absolute Traum. Und den wollten sie um jeden Preis erfüllen. Dieses Streben, dieser Glaube, machte sie zu furchtlosen und Angst verbreitenden Kriegern.

Weshalb erzähl ich euch aber von den Wikingern? Zum Einen, weil ich glaube, dass der Grund, weshalb die Berichte über diese furchtlosen Wikinger zu Legenden wurden und auch heute noch eine weit verbreitete Faszination ausübt, der ist, dass wir in unserem Innersten eigentlich genau so furchtlos und frei von Angst sein möchten, wie diese es waren. Und zum anderen, weil deren Furchtlosigkeit nicht aus dem Vertrauen in die eigene Stärke kam, sondern aus ihrem Glauben an ihre Götter und an das, was sie als Wahrheit kannten und unumstösslich daran festhielten. Ich kann es irgendwie nicht nachvollziehen, weshalb die, die den höchsten und mächtigsten Gott, den Gott Israels nicht kannten, dermassen furchtlos waren und die, die ihn kannten sich gleichzeitig so sehr fürchteten.

Die Freiheit von Angst und Furcht kommt letztlich aus unserer Beziehung zu Jesus Christus heraus, aus einer inneren Gewissheit, tief in unseren Herzen verwurzelt. Sie kommt nicht aus unserer eigenen Kraft – soviel haben die Wikinger auch schon verstanden. Sie wurzelt in unserem Kennen von Gott.

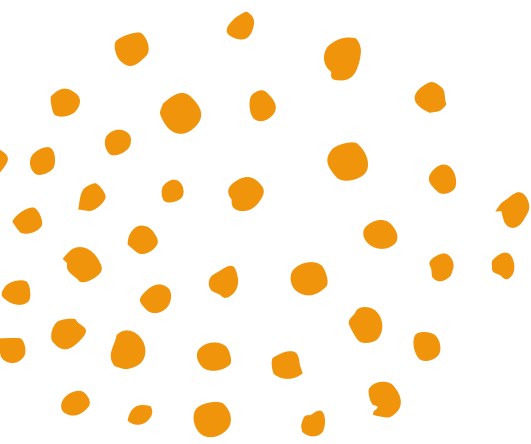
Und das ist etwas, das ich in den letzten Jahren sehr intensiv, mit vielen Hochs und Tiefs selber erlebt habe. Diese befreiende Angst der Gegenwart Gottes. Angst und Furcht sind ständige Begleiter, Begleiter, mit denen ich auf Kriegsfuss stehe, denen ich am liebsten kein Platz in meinem Leben geben möchte – und doch kehren sie immer wieder zurück oder tauchen in anderer Form wieder auf.



So zum Beispiel hatte ich noch bis ins junge Erwachsene-Alter Angst, im Dunkeln durch den Wald zu gehen. Jedes Mal überkam mich ein beklemmendes Gefühl, da draussen im Dunkeln lauere etwas. Oder ich habe Angst, zu behaupten, ich könne etwas, geschweige denn, ich könne es gut – weil ich weiss, dass, egal, was ich mache, es gibt immer jemand, der es besser kann. Ich trage eine innere Angst mit mir herum, nicht gut genug zu sein und ständig zu versagen – als Vater, als Ehemann, als Freund, als Pfarrer – oder auch als Mensch allgemein. In meinem Kopf weiss ich: Das sind irrationale Ängste. Sie sind objektiv nicht begründbar und können aus einer vernünftigen, rationalen Perspektive entkräftet werden. Doch das allein genügt nicht. Sehr wahrscheinlich hast du auch solche Ängste und dann weisst du, dass die viel tiefer sitzen und es ist unglaublich schwer die abzuschütteln.

Es gibt aber auch eine gesunde Form von Angst. Die Psychologie spricht hier eher von «Furcht». Furcht heisst, dass du weisst, dass etwas gefährliches auf dich zu kommt. Du kannst dich darauf einstellen und entsprechende Vorkehrungen treffen.

Als ich vor vielen Jahren einmal die Klippen von Dover besuchte, begegnete mir zunächst ein altes, vom Wetter gezeichnetes, verwittertes Holzschild, mit der Aufschrift «Cliff Edge» - es war nur dieses Schild da, nichts weiter – keine Absperrung, keine Sicherheitsmassnahmen. Nur dieses Schild. Der Klippenrand war nicht eindeutig erkennbar – du wusstes einfach: Irgendwo, dort, wo das Gras aufhört wird es sehr schnell sehr steil. Und je weiter ich ging, desto mehr überkam mich eine innere Anspannung, eine Vorsicht, keinen falschen Tritt zu tun. Das ist Furcht – eine gesunde Reaktion auf eine gefährliche Situation. Diese Furcht befreit mich zum Leben, weil sie sicherstellt, dass ich nicht einen Schritt zu weit gehe und kein unnötiges Risiko eingehe. Furchtlosigkeit könnte hier jeden in eine sehr prekäre Lage versetzen. Furchtlosigkeit ist also nicht in jedem Fall gesund. Wir brauchen einen gewissen Respekt und eine gewisse Ehrfurcht vor kritischen Situationen. Ängste sind im Gegensatz zur Furcht auf etwas unbestimmtes ausgerichtet und reichen von den menschlichen Grundängsten (z.B. Angst vor Veränderung), bis hin zu Panik und Psychosen. Es sind individuelle Wahrnehmungen aufgrund eigener Erfahrungen, aber auch Dingen, die wir uns einreden und sie nehmen uns die Freiheit zu leben.



Doch Jesus hat für uns ein anderes Leben vorgesehen. Paulus formuliert das so: Ihr habt doch nicht einen Geist der Knechtschaft empfangen, um wiederum in Furcht zu leben; nein, ihr habt einen Geist der Kindschaft empfangen, in dem wir rufen: Abba, Vater! (Rö 8,15) Wenn ich diesen Satz so lese, dann höre ich in diesen Worten ein Ruf der Verzweiflung heraus: «Ihr habt doch! Nun glaubt es doch!» Man spürt die Leidenschaft des Paulus, mit denen er diese Worte schreibt. Es scheint mir, dass es ihm ein drängendes Anliegen ist, dass wir diese Wahrheit endlich verstehen!

Doch leider gibt es kein Betty-Bossy-Rezept, das eine schnelle Lösung bietet. Es ist ein steiniger und mühsamer Weg, zu einem Angst freien Leben zu gelangen. Aber ein Weg, auf dem man Fortschritte erlebt, auf dem man merkt, wie sich etwas beginnt zu verändern, wie manche Ängste ganz oder zumindest fast verschwinden. Und es sind diese Erlebnisse, auf diesem Weg, die uns dann wiederum in unserer Beziehung, in unserem Vertrauen in den höchsten Gott, den Gott der Himmel und Erde, unseren Vater, stärken. Und diese gestärkte Beziehung wiederum gibt uns die Kraft, immer und immer weiter zu gehen, um in Freiheit von negativer Angst bzw. Furcht leben zu können. Doch wie kommen wir dahin? Paulus schreibt, dass, wenn wir Jesus Christus unser Vertrauen schenken, wir einen anderen «Geist» empfangen. Es wohnt also eine Kraft in uns, die uns zu Gott rufen lässt «Abba, Vater!».

Das aramäische Wörtchen «Abba» ist ein Kosenamen für Vater. Es lässt uns also auf eine vertrauende, liebevolle Art zu Gott rufen. Gott wird zu einem festen Ankerpunkt in unserem Leben, einem Fixpunkt, an dem wir uns orientieren können, zu dem wir aufschauen können. Paulus schreibt weiter «Eben dieser Geist bezeugt unserem Geist, dass wir Kinder Gottes sind. (Rö 8,16)» Der Schlüssel zu einem angstlosen Leben, liegt also in unserem Inneren. In unserer Beziehung zu Gott, also in der Frage: «Wie gut kenn ich Gott denn eigentlich?» Und «Ist dieser Gott für mich wirklich vertrauenswürdig?» Und das sind Fragen, die jeder für sich beantworten muss. Es gibt nichts, das ich euch sagen könnte, das euch von euren Ängsten befreit, nur weil ihr es einmal gehört habt. Das einzige, was ich tun kann, ist, euch aufzuzeigen, wie ihr euch diesem Thema selber annehmen könnt – aber den Unterschied in deinem Leben passiert dann, wenn du beginnst, zusammen mit Gott, diesen Weg in die Freiheit zu gehen. Auch ich habe schon vieles zu ganz verschiedenen Glaubens Themen gehört – doch erst, als ich versuchte, das Gehörte selber umzusetzen, selber eigene Erfahrungen damit zu sammeln, hat sich etwas getan.

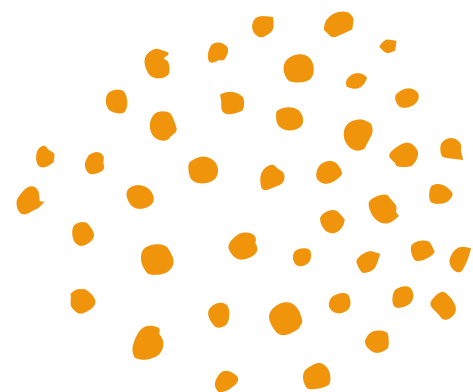


Der Schlüssel zu einem Leben, befreit von Angst, liegt also in deinem Vertrauen zu Gott. Und genau da kommt noch eine dritte Form von «Furcht» ins Spiel, die wir unbedingt brauchen, um angstlos zu leben–ich weiss, es klingt etwas paradox, ist es aber nicht. Ich rede von der Ehrfurcht Gott gegenüber. Der Psalmist schreibt: Seht, das Auge des HERRN ruht auf denen, die ihn fürchten, die auf seine Gnade harren (Ps 33, 18). Ehrfurcht meint eben gerade nicht Angst, sondern meint das Wissen darum, wer Gott ist und unseren Umgang mit diesem Wissen. Und ja, Gott zu begegnen ist furchtbar. Niemand ist grösser und mächtiger, stärker und gerechter als er, niemand heiliger und vollkommener, niemand so unendlich. Aber er ist es, der jedem und jeder, der Gott auf die eine Art oder Weise begegnet ist, sei es auch durch eine Engelserscheinung, sagt: «Fürchte dich nicht!» Weil er zu uns steht. Weil er mit uns geht. Weil er uns von Anfang an als Gegenüber erdacht und erschaffen hat. «Fürchte dich nicht», aber sei dir bewusst, wen du vor dir hast. Und was er kann. Wie er dir helfen kann. Wie er über dich denkt. Wenn wir ganz bewusst in dieser Gegenwart Gottes leben, zeigen wir unsere Ehrfurcht ihm gegenüber auch gerade dann, wenn wir ihn nicht versuchen–wenn wir uns also nicht absichtlich in Situationen bringen, so nach dem Motto «Mir kann ja eh nichts passieren, ich glaube an Gott». Ehrfurcht bedeutet auch, dass ich das Leben, das er mir geschenkt hat, achte und schätze und bewusst damit umgehe. Es steht uns nicht zu, Gott möglichst oft herauszufordern, nur damit er uns wieder aus dem Dreck ziehen kann. Er ist es, der uns einen Verstand geschenkt hat, den wir auch gebrauchen sollten–

er wird uns dann, wenn wir echt an unsere Grenzen stossen tragen. Denke daran: «Du kannst nie tiefer fallen als in Gottes Hände».

Meine Angst vor dem dunklen Wald fand ein Ende, als ich mein Vertrauen in Jesus Christus setzte. Sie ging fort, als ich begann, in solchen Situationen zu ihm zu singen und mir dadurch bewusst machte: Der Höchste geht mit mir. Was auch immer passiert, er wird es zum Guten wenden.

Ohne diese Sicherheit, die mir mein Vertrauen in Gott gibt, hätt meine Angst, mich vor anderen Menschen zu exponieren, schon längst gewonnen. Die Angst davor, was Menschen über mich denken könnten, überwinde ich dadurch, dass ich innerlich aus ihren Blicken heraustrete und mir überlege, was Gott über mich denken könnte. Weil das ist das, was letztlich ausschlaggebend ist. Seine Gedanken über mich: Denn ich, ich kenne die Gedanken, die ich über euch denke, Spruch des HERRN, Gedanken des Friedens und nicht zum Unheil, um euch eine Zukunft zu geben und Hoffnung (Jer 29, 11).



Es gibt ein paar Dinge, die du tun kannst, um gegen deine Ängste anzukämpfen. Nach meiner Erfahrung verschwinden sie in der Gegenwart Gottes, das heisst:

- Wenn du mit ihm im Herzen und in den Gedanken einfach zur Ruhe kommst.
 - Dazu eine kleine Übung, über die ich vor kurzem einmal gestolpert bin und mich wirklich überzeugt: Schreibe deine Ängste auf, zumindest jene, die dir bewusst sind. Überlege dir dabei, woher sie kommen, wann sie begonnen haben und inwiefern sie dich einschränken. Nimm dir genug Zeit dafür. Dann komme innerlich zur Ruhe und stelle dir vor, wie du aus ihnen heraustrittst und dich unter den Blick Gottes stellst – spüre seine Liebe, seine Gnade, sein wohl wollender Blick auf dir. Ähnlich, wie du die warmen Sonnenstrahlen genießt, wenn du irgendwo draussen bist.
- Wenn du in der Bibel liest–zum Beispiel in den Evangelien: Schau, wie Jesus mit Menschen umgeht, wie er ihnen begegnet, wie er sich Zeit nimmt für jeden, der zu ihm kommt. Genau so nimmt sich der Vater dir an. Er ist da für dich.
- Wenn du Lieder hörst und/ oder singst, die von Gott erzählen oder an Gott gerichtet sind–eines meiner Lieblingslieder ist z.B.: «No longer slaves» von Bethel Music oder «Oceans» von Hillsong.
- Wenn du dich mit Menschen auseinandersetzt, die ähnliches wie du erlebt haben und einen Weg gefunden haben, auf eine gute Art und Weise damit umzugehen.

Dies alles sind Ressourcen, die dir Kraft geben und die dir gut tun. Sie helfen bereits in den meisten Fällen. Und–falls nötig: Hol dir Hilfe. Manchmal reicht ein tiefes Gespräch mit einem treuen Freund, manchmal braucht es ein seelsorgerliches Gespräch und manchmal braucht es auch medizinische Betreuung durch Fachpersonal. Doch Gott ist und bleibt die treibende Kraft, die den wesentlichen Unterschied machen kann. Ich wünsche euch, dass ihr, genauso, wie die Wikinger in ihrem Glauben Furchtlosigkeit fanden, um das zu tun, was sie halt so taten, das Vertrauen in Gott findet, um das zu tun, was Gott für euch beabsichtigt: Frei sein von euren Ängsten, um mutig einen Unterschied im Leben von anderen zu machen. Frei sein, um mutig von ihm zu erzählen, frei sein um praktische Hilfe zu leisten, frei sein, euer Leben zu leben. Und ich wünsche mir, dass wir uns gegenseitig bei der Überwindung von Ängsten unterstützen können, uns gegenseitig aufbauen und füreinander ein offenes Ohr haben dürfen. Und denkt daran.

Ihr habt doch nicht einen Geist der Knechtschaft empfangen, um wiederum in Furcht zu leben; nein, ihr habt einen Geist der Kindschaft empfangen, in dem wir rufen: Abba, Vater!

Amen

