

Predigtserie: Furchtlos

Datum: 09.08.2020

Thema: Leben frei von Angst

Text: Markus 4,35-41

Predigt: Godi Sagmeister

Chrischona Marthalen
mitenand, fürenand, Chile für alli si



Predigtgedanke

Angst ist ein Gefühl, dem man fast täglich in irgendeiner Form und Intensität begegnet. Angst prägt unsere Zeit, wie viele Zeiten vor ihr. Angstbedingte Erkrankungen werden immer häufiger diagnostiziert. So wird sich gerade heute so mancher fragen, wie es wäre, ein Leben ohne Angst zu führen (z.B. keine Angst vor Versagen, Herausforderungen, Bedrohungen und anderen Menschen zu haben, uvm.).

Die schlechte Nachricht lautet: Ein Leben ohne Angst gibt es nicht (Johannes 16,33). Die Gute: Man kann wie Jesus ein Leben führen, dass nicht von der Angst bestimmt wird, sondern vom Vertrauen auf Gott. Ein solches Leben wünscht sich Jesus für jeden Menschen und wünschte er sich gerade für seine Jünger (2.Timotheus 1,7). Darum fragte er sie nach ihrer Mutlosigkeit (Vers 40). Nach der Ursache ihrer Angst musste er sie ja offensichtlich nicht fragen, denn sie hatten allen Grund sich zu fürchten (der Sturm war gewaltig, die Erde bebte [Seismos], ihr Leben war bedroht). Es gab genug Grund, sich zu fürchten. Wie es auch in unserem Leben genügend Gründe gibt, sich zu fürchten: Die Corona Pandemie bestimmt das gesellschaftliche Leben und bedroht unsere Wirtschaft. Wir leben in politisch instabilen Zeiten. Das Weltklima verändert sich und auch in unserem Leben gibt es immer wieder Stürme und Beben, die uns erschüttern und das Fürchten lehren: Z.B. Krankheit, Unfälle, Arbeitslosigkeit, Ernteaufälle, ungewisse Zukunft, Beziehungsprobleme, übergrosse Herausforderungen, Bedrohung durch Mitmenschen, usw.

Angst ist eine Realität im Leben jedes Menschen und das ist erstaunlicherweise auch gut so. Angst hat eine gottgewollte Berechtigung im Leben von uns Menschen und ihren Platz in der Welt. Schliesslich war sie bereits im Paradies präsent und gab es sie schon vor dem Sündenfall. Sie war dort Instrument Gottes, um Adam und Eva vor falschen Entscheidungen zu bewahren (1.Mose 2,16). Bis heute ist gesunde Angst ein Warnsignal und kann vor Versuchungen, gefährlichem Verhalten, falschen Entscheidungen und sündhaftem Denken und Handeln bewahren. Sie trägt dazu bei, dass Menschen die Konsequenzen bedenken, bevor sie handeln (Risiko vermeiden), vorausschauend leben (1.Mose 41.48-51) und sich Gott zuwenden (Gottesfurcht, Lukas 23,40f).

Angst hat ihre Berechtigung in dieser Welt und diese verliert sie erst, wenn Gottes neue Welt Realität geworden ist und es keinen Grund mehr gibt, sich zu fürchten (Offenbarung 21,4). Bis dahin wird ein gesundes Mass an Angst wie ein Schutzzaun in unserem Leben wirken. Ein Schutzzaun, der aber auch zum Gefängnis werden kann.

Wenn Angst zum Gefängnis wird, schützt sie unser Leben nicht mehr, sondern bedroht es. Dann will sie uns einschüchtern und in die Enge treiben, lähmen und gefangen nehmen. Dann fühlt man sich hilflos und ausgeliefert. Glaubt der Situation nicht gewachsen zu sein und sieht keinen Ausweg mehr und gerät in Panik. Man versucht der Angst auszuweichen, Herausforderungen zu umgehen, lässt Aufgaben liegen, meidet Mitmenschen, usw.

Wenn man sich im Gefängnis der Angst befindet, wird die Sicherheit zum eigenen Gott und der Schritt zu sündhaftem Verhalten ist sehr klein: Z.B. wenn man Gott aus den Augen verliert und vergisst, was er bereits alles im eigenen Leben Gutes getan hat und nicht mit seiner Macht und Fürsorge rechnet. Gerade so verhielten sich die Jünger im Sturm und die Vorwürfe, die sie Jesus machten (Vers 38), offenbaren was sündhafte Angst im Grunde ist. Sie ist in ihrem Kern Misstrauen gegen Gott und Unglauben. Das wird deutlich in dem, was Jesus den Jüngern erwiderte (Lukas 8,26).

Unglauben verleitet, aus Angst und gottlos zu handeln: Z.B. zu lügen, raffgierig zu sein, anzugeben, Schuld abzuschieben, Gott zu verleugnen (Matthäus 26,69-73), falsche Sicherheiten zu suchen (Jesaja 30,1-3). uvm.

Angst kann zur Sünde werden. Doch Angst zu haben, ist noch keine Sünde. Wer Angst hat, muss sich weder schämen, noch vor Gott verstecken. Denn Gott ist ein Gott der Furchtsamen. Darum steht so viele Male "Fürchte dich nicht" in der Bibel. Gott ist aber nicht nur ein Gott für Menschen mit Angst. Er hatte selbst Angst. Jesus durchlitt in Gethsemane Todesängste (Markus 14,34; Lukas 22,44). Jesus der ohne Sünde war, hatte Angst, aber er lies sich nicht von seiner Angst beherrschen.

Wer sich nicht von seiner Angst bestimmen lassen will, sondern Gott vertrauen möchte, der muss mutig sein. Das ist eine Entscheidung, zu der Gott Josua 3 Mal aufforderte (Vers 6;7;9). Darin wird klar: Mut ist eine Entscheidung und nicht die Abwesenheit von Angst. Geistlich gesehen, sind mutige Menschen Personen, die sich entschieden haben, sich nicht von ihrer Angst bestimmen zu lassen, sondern trotz Angst, auf Gott zu vertrauen.

Mutig zu sein ist die Entscheidung auf Gott zu sehen (Matthäus 14,28-32). Den Gott, der bereits mit den Vätern war (Vers 5). Den Gott, dem sich der Pharao nicht widersetzen konnte, der das Meer teilte, Wasser in der Wüste gab, das Manna schenkte, uvm. Der Gott, dem alle Macht gegeben ist und der mächtiger ist, als alle Stürme unseres persönlichen Lebens. Dieser Gott steht auch uns zur Seite und das ist der Grund warum man sich entscheiden kann, mutig zu sein (1.Samuel 17,45ff).

Eine Hilfe auf diesen Gott zu sehen, ist das Lesen der Bibel (Vers 8), das Singen von Liedern, das beides dazu beiträgt, sich Gottes Verheissungen zu vergegenwärtigen (z.B. Matthäus 28,20; Johannes 10,28).

Wer mutig sein möchte, muss sich dafür entscheiden, seiner Angst ins Auge zu sehen und sie beim Namen zu nennen. Denn nur wer seine Angst und ihre Ursache kennt, kann sich ihr auch stellen. Wer das nicht tut und seine Angst leugnet, vertuscht und verdrängt, in dessen Leben und Unterbewusstsein nimmt seine Angst immer mehr Raum ein und scheint von Niederlage zu Niederlage unüberwindlicher. Denn Feigheit lähmt.

Wer sich nicht von seiner Angst bestimmen lassen möchte, muss sich dafür entscheiden, ihr keinen Raum zu geben. Das bedeutet, es seinen Gedanken nicht zu erlauben, dass sie sich um die eigene Angst kreisen, nicht zu Grübeln und sich keine Horrorszenarien auszumalen. Sondern sich im Gegenteil, nüchtern zu fragen, was denn das Schlimmste wäre, was passieren könnte (z.B. sich zu blamieren, ausgegrenzt werden, arbeitslos sein und Besitz zu verlieren, zu sterben). Der Angst keinen Raum zu geben, kann auch bedeuten, Angst auszuhalten und sich bewusst und kontrolliert in Situationen zu begeben, die einem Angst machen. Das kann der Angst den Schrecken nehmen.

Wer sich entschieden hat, mutig zu sein und Gott zu vertrauen, darf sich auf keinen Fall von seiner Angst gefangen nehmen lassen (z.B. Kontakt zu vermeiden; Aufgaben nicht angehen, um Fehler zu vermeiden; vor Herausforderungen verkriechen, weil man sich nicht gewachsen sieht; usw.).

Wer ein Leben führen möchte, dass nicht von der Angst bestimmt ist, der muss sich dafür entscheiden, trotz Angst zu handeln. So wie es Josua getan hat, Jesus es uns vorgelebt hat und alle Männer des Glaubens getan haben.

Anregungen für die Kleingruppe und das persönliche Studium

- Welche Rolle spielt Angst in deinem Leben?
- Was oder wer macht dir Angst?
- Welche Form von Angst will dich gefangen nehmen?
- Welche Angst würdest du gerne in der nächsten Zeit ablegen?
- Wo hast du schon positive Erfahrungen mit Angst gemacht?
- Wo wird Angst für dich zur Sünde?
- Wo will dich Angst verführen gottlos zu handeln?
- Wie hängen für dich Unglauben und Angst zusammen?
- Was ist für dich mutiges Handeln?
- Was hilft dir mutig zu sein?
- Was stärkt deinen Mut?
- Kannst du deine Ängste benennen, damit du gegen sie ankämpfen kannst?
- Was hilft dir, damit Angst und Sorgen in deinem Kopf keine Nester bauen können?
- Welche Zusage aus der Bibel ermutigt dich und welche hilft dir Ängste abzulegen?