

Worauf warten wir?

Predigt Hans-Arved Willberg So. Exaudi 1.6.2025 Rußheim

Wenn wir erkennen oder uns einbilden, eine wichtige Herausforderung nicht kontrollieren zu können, die auf uns zu kommt, reagieren wir mit Angst. Darum läuft alle gute Angsttherapie darauf hinaus, Kontrolle zu erlangen. Oft müssen die angstgestörten Personen dazu aber erst einsehen, dass ihre Fantasien davon, wie die Kontrolle aussehen sollte, unrealistisch sind. Sehr häufig befiehlt ihnen eine diktatorische innere Stimme, dass die Kontrolle perfekt sein muss. Aber perfekte Kontrolle können nur perfekte Maschinen erreichen. Es gehört unumvermeidlich zum Menschsein, Fehler zu machen. Die Möglichkeit der Fehler ist der Schatten des ständigen Risikos, der über unserem ganzen Leben liegt. Wenn unser Leben gelingen soll, brauen wir deshalb Mut. Das Wort hat einen guten Klang für uns, aber wir dürfen nicht vergessen, dass echter Mut nur dort zu finden ist, wo jemand echte Angst erlebt.

Jesus sagt in Kapitel 16 des Johannesevangeliums: „In der Welt habt ihr Angst, aber seid getrost, denn ich habe die Welt überwunden“ (Joh 16,33). Die Angst verschwindet nicht einfach, aber sie wird durch Mut gemeistert. Darum sagt Jesus: „Seid getrost“. „Bist du noch ganz bei Trost?“ fragen wir, wenn jemand eine sehr unvernünftige Entscheidung trifft. Wirklich getrost sein kann ich nur, wenn ich ganz bei Trost bin. Das Wort „Trost“ ist eng verwandt mit dem Wort „Vertrauen“. Getrost bin ich, wenn ich in einer angsterregenden Situation vertraue, sie erfolgreich kontrollieren zu können. Bei Trost bin ich, wenn meine Einschätzung der Situation und ihrer Kontrollierbarkeit realistisch ist. Nicht recht bei Trost bin ich, wenn ich die Situation oder meine Fähigkeit zur Kontrolle falsch einschätze oder beides. Ich überschätze oder unterschätze die Gefahr und meine Fähigkeit.

Jesus begründet den Zuspruch, getrost sein zu dürfen, damit, dass er selbst „die Welt überwunden hat“. Das liest sich ein bisschen seltsam, wenn man sich vergegenwärtigt, dass Jesus das dem Evangelium nach noch vor der Kreuzigung sagt. Er ist noch nicht am Ziel seines Wegs angekommen. Warum kann er dann jetzt schon sagen, dass er die Welt überwunden hat?

Es hat eine doppelte Bedeutung: Erstens spricht Jesus von seinem Weg bis zu diesem Punkt. Jeder mutige Schritt auf diesem Weg war ein Überwindungsschritt gegen die Angst. Das Leben der Christen ist dem Neuen Testament als Nachfolge Jesu definiert. Wir folgen seinem Weg, den er für uns gebahnt hat. Indem wir uns an ihm orientieren, bleiben wir in seiner Spur und überwinden selbst mit jedem mutigen Schritt. Zweitens redet Jesus hier aber auch bereits als der Aufgestandene. Es gehört zur Eigentümlichkeit des Johannesevangeliums, das wahrscheinlich etwas später als die andern Evangelien geschrieben wurde, die Jesusvorstellung der ersten Jahrzehnte des Christentums noch stärker zu verklären. Es will eine Gegenpol zur Tendenz sein, die Göttlichkeit des Christus zugunsten seiner Menschlichkeit aus den Augen zu verlieren. Darum tritt der Mensch Jesus im Johannesevangelium gewissermaßen nicht nur göttlich erleuchtet, sondern auch göttlich leuchtend in Erscheinung. Auch die anderen Evangelisten glauben, dass die menschliche Hülle des göttlichen Jesus grundsätzlich jederzeit vom Glanz der göttlichen Seele in ihm völlig durchdrungen und dadurch die Grenze zwischen Himmel und Erde transparent werden konnte. Das Johannesevangelium geht noch weiter und verkärt eigentlich das ganze Leben des irdischen Jesus. Dadurch bekommt er mehr göttliche als menschliche Züge.

Dadurch wird im Johannesevangelium aber auch aus dem Unterschied zwischen der menschlichen Wirklichkeit und der göttlichen Wirklichkeit ein Kontrast. Die göttliche Wirklichkeit ist der Himmel und im irdischen Jesus ist sie der Himmel auf Erden. Ohne ihn ist sie die Hölle auf Erden. Das ist gemeint, wenn die johanneischen Schriften von „der Welt“ reden. Es ist die trostlose Welt ohne ihn. Ohne ihn gibt es keinen Trost. Aber durch die Auferstehung ist der irdische Jesus unverfüllt in seine Göttlichkeit zurückgekehrt und durch den Heiligen Geist mit denen sogar noch näher verbunden als zuvor, die an ihn glauben. Deshalb sagt Jesus vom Heiligen Geist mehrmals in der selben langen Abschiedsrede beim letzten Passamahl vor der Kreuzigung, die sich von den Kapiteln 13 bis 17 des Johannesevangeliums erstreckt, dass der Heilige Geist der göttliche Tröster ist, und dieses Wort lässt sich auch mit „Ermutiger“ übersetzen.

Ich fasse zusammen: „Seid getrost, denn ich habe die Welt überwunden“, bedeutet erstens: Seid mutig, konkret den jeweils nächsten Schritt auf dem Weg zu tun, den ich euch vorausgegangen bin. Zweitens heißt es: Findet Trost und Ermutigung im Vertrauen darauf, dass ich als der göttliche Christus der göttliche Herr über alle Herren bin, die euch Angst machen auf dem Lebensweg, über alle inneren und äußeren Diktatoren und Gewalttäter.

Die erste der beiden Bedeutungen meint unsere eigenen Möglichkeiten. Im Alten und im Neuen Testament begegnen uns erstaunlich viele Aufforderungen, in denen jemand im Namen Gottes sagt: „Sei getrost und unverzagt“ oder „Fürchte dich nicht!“, um zu sehr mutigen eigenen Schritten anzuspornen. Oft geht es darum, dass die Angeredeten erfahren, etwas zu können, was sie sich bis zu diesem Zeitpunkt noch nicht oder auch nicht mehr zugetraut hatten. Die zweite der beiden Bedeutungen meint das, was unsere eigenen Möglichkeiten übersteigt. Wir sind einer angsterregenden Lage ausgeliefert. Wir können wirklich nichts machen dagegen. Aber wir dürfen dennoch vertrauen.

In beiden Bedeutungen geht es darum, die Angst durch Kontrolle zu überwinden. In der ersten mache ich die Erfahrung, es selbst zu können. In der zweiten darf ich realistisch einschätzen, es nicht selbst zu können, und trotzdem darauf vertrauen, dass alles unter den Augen Gottes geschieht und Gott nicht nur in jedem Augenblick helfend eingreifen kann, sondern es auch tun wird. Ich weiß nur nicht, wie und wann. Auf diesem Weg kann die Angst am größten werden, weil

wir zunächst mit der Einsicht konfrontiert sind, nichts mehr dagegen machen zu können, dass wir einer Erfahrung ausgeliefert sind, gegen die sich alles in uns sträubt. Auch und gerade hier ist uns Jesus vorangegangen. Bestialisch gefoltert und an ein Kreuz genagelt zu werden, um dort unter dem Spott gefühlskalter Menschen und unter den entsetzlichen Qualen zu sterben, ist ganz gewiss eine Erfahrung, gegen die sich in jedem Menschen alles sträubt. Von Jesus ist bezeugt, dass er das ganze Ausmaß dieser allerschlimmsten Angst zu durchleiden hatte.

Sterben kann im Vergleich zu den Qualen, die ein Mensch lebend auszuhalten hat, eine Erlösung sein. Dann können Angehörige und Pflegende sogar sagen: „Jetzt hat sie es endlich geschafft“ und aufatmen, dass der Kampf und das Elend nun ein Ende hat. Aber Sterben heißt auch für jeden Menschen, völlig und definitiv jede Kontrolle zu verlieren. Es gibt kein Zurück. Ich muss alles Vertraute loslassen, ein für alle mal. Ich kann keinen Fehler mehr gut machen. Ich muss mich von allem trennen, was mir lieb war und sehr, sehr viel bedeutet hat, auch von den allerliebsten Mitmenschen. Ich werde völlig entwurzelt und mir wird alles entrissen. Ich wage zu behaupten, dass sich in uns allen alles dagegen sträubt. Das macht uns sehr große Angst.

Ja, sagt der Jesus des Johannesevangeliums, das ist so. Wir sagen heute: Es ist unsere existenzielle Angst. Das ist die Angst, in der es um alles geht. Wir verlieren alles, weil uns alles genommen wird. Wir verlieren alle Kontrolle. Das haben wir alle zu erwarten, aber warten wir auch darauf? Worauf warten wir? Je nach Lebensphase und Lebenslage warten wir auf alles Mögliche: Manches hoffen wir, anderes befürchten wir oder wir wissen, dass es es ganz sicher kommen wird.

Wir können auf unsere Erwartungen Einfluss nehmen:

- ▶ Erstens können wir überhöhte Erwartungen an uns selbst, die andern und das Leben reduzieren, indem wir uns bewusst machen, dass sie unrealistisch sind und wie ihre realistischen Alternativen aussehen. Dasselbe gilt für zu geringe Erwartungen.
- ▶ Zweitens können wir uns bewusst machen, was wir selbst tun können, um Kontrolle zu gewinnen und zu bewahren, und was nicht in unserer Macht steht. Daraus folgen die beiden weiteren Einflussmöglichkeiten:
- ▶ Drittens können wir Tag für Tag und Schritt für Schritt unsere Aufmerksamkeit darauf richten, das zu tun, was wir können. Wenn ich so viel von Kontrolle spreche, klingt das vielleicht zu sehr nach Zwanghaftigkeit. Darum geht es aber nicht. Was ich meine, ist die Souveränität; psychologisch heißt das auch Selbststeuerung: Ich bin ganz bei Trost so wie ein Reiter, der fest im Sattel sitzt und sein Pferd sicher mit den Zügeln lenkt, auf die Ziele zu, die er selbst bestimmt, weil sie ihm wichtig sind.
- ▶ Viertens: Wir sind aber auch nur dann recht bei Trost, wenn wir uns nicht selbst überschätzen. Wir brauchen die andern. Wir brauchen tröstliche Fügungen, um überhaupt getrost zu sein. Jeder eigene mutige Schritt ist Antwort auf die Ermutigung dazu, die uns geschenkt wird. Und wenn wir selbst gar nichts mehr tun können, wird aus dem eigenen Gehen wieder eine Getragenwerden, so wie zu Beginn unseres Lebens, als wir genauso hilflos waren.

Der Glaube wächst mit der Unterscheidungsfähigkeit und muss dabei durch Krisen gehen. Unreifer Glaube verwechselt die beiden Bedeutungen: Er hält für unmöglich und darum auch für unnötig, ja sogar für unförmig und ungläubig, was sehr wohl möglich ist und auch gottgewollt, wozu man aber Mut braucht, um es zu verwirklichen. In die Krise kommt dieser Glaube, wenn er damit konfrontiert wird, dass seine Gebete und Wünsche nicht erhört und erfüllt werden. Es geht ihm wie den kleinen Kindern, die sehr von ihren Eltern enttäuscht sind, wenn sie ihnen zumuten, ihre eigenen Beine und ihren eigenen Verstand zu gebrauchen. Mit dem wachsenden Glauben wächst auch die Erkenntnis, dass wir viel mehr selber können, als wir vorher dachten. Wenn wir dadurch nicht überheblich werden, sondern realistisch bleiben, können wir das alles nur mit Dankbarkeit als Geschenk begreifen und barmherzig über die Menschen denken, die den Mut dazu noch nicht gefunden haben. „Ohne dich, wo käme Kraft und Mut mir her? Ohne dich, wer nähme meine Bürde, wer? Ohne dich, zertrieben würden wir im Nu Glauben, Hoffen, Lieben, alles Herr bist du.“

Meine Bürde ist das, was mir andere auferlegt haben, durch die Fehlentscheidungen, mit denen sie an mir schuldig wurden, und genauso das, was ich mir selbst auferlegt habe, durch meine eigenen Fehlentscheidungen, durch die ich selbst schuldig wurde. Die Bürde meiner Vergangenheit kann ich nicht mehr ändern, aber ich kann meiner Orientierung an Jesus gemäß hier und heute darauf mutig antworten und, sofern es in meiner Macht steht, gegensteuern. Auch die Bürde meiner Zukunft wird zum Teil von den eigenen Fehlentscheidungen und denen meiner Mitmenschen geprägt sein. Ich werde auch in Zukunft gute Antworten darauf finden und erfolgreich gegensteuern können, weil mir Kraft und Mut dazu geschenkt sind. Aber Mut und Kraft kann ich nicht grenzenlos schöpfen, sondern nur in dem Maß, das Gott mir zu teilt. Irgendwann habe ich hoffentlich immer noch Mut, weil ich immer noch bei Trost bin, aber irgendwann habe ich garantiert auch keine Kraft mehr.

Was darf ich dann erwarten? Nicht wie am Anfang, dass mich meine eigenen Beine tragen, sondern spiegelbildlich, dass ich nicht mehr selber laufen muss. Jetzt bekommt der Lebensmut eine neue Qualität: „Ich darf mir helfen lassen“, sagte ein bisher sehr selbständiger Mann im Gespräch mit mir, der an einer unaufhaltsamen Krankheit litt. Das war ein sehr, sehr mutiger Satz.

Ich darf mich tragen lassen. Ich werde nicht entsorgt. Meine Würde ist unantastbar. Ich bin von Ewigkeit zu Ewigkeit geliebt, gewollt und gebraucht. Ich lasse alles los, weil ich geborgen bin.

Amen