

Mehr Lust zum Leben

„Ich bin vergnügt, erlöst, befreit“, dichtete Hanns Dieter Hüsch, der Kabarettist, Reimeschmied und Christ vom Niederrhein. Ich denke: Ach, wie schön wäre es, wenn wir uns immer „vergnügt, erlöst, befreit“ fühlen könnten! Genau dies ist die Haltung, die Gott uns zugedacht hat. Aber es gelingt nicht. Auch der gläubigste Mensch kennt Ängste. Wenn sie überhand nehmen, rauben sie uns den Lebensmut und saugen unsere Lebenskraft auf. Sie lähmen und machen unfrei. Wenn die Angst tatsächlich den Lebensmut aufzufressen droht: Was rät dann die christliche Botschaft?

Ich will sehr persönlich antworten: Wenn ich mich fürchte, suche ich mir Menschen, die mir zuhören. Das tut gut und führt weiter! Außerdem rufe ich mir ein Bibelwort in den Sinn. Als Jesus von seinen Jüngern Abschied nahm, am Abend vor seinem Tod, sagte er ihnen „In der Welt habt ihr Angst; aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden.“ (Johannes Kapitel 16, Vers 33) Ein kraftvolles Wort. Noch viel kräftiger, wenn es genau übersetzt wird: „In der Welt habt ihr *immer wieder* Angst; aber seid getrost, ich habe die Welt *ein für allemal* überwunden.“

Ein echtes „Anti-Furcht-Wort“! Weil es mir zugesteht: Angst gehört zum Leben. Niemand ist angstfrei und ich muss es nicht sein. Ich werde Sorge und Ungewissheit nie völlig ausschalten können, sie werden immer wieder auftauchen. Wohltuender Realismus! Für Christus ist klar, dass ich mich auch fürchte und dass das okay ist. Dies aus seinem Mund zu hören, entlastet mich! Ich fühle mich damit verstanden.

Das Wort macht mir Mut: „Seid getrost, ich habe die Welt ein für allemal überwunden.“ Das erinnert an Ostern. Jesus blieb nicht im Tod, sondern Gott holte ihn ins Leben zurück. Ein für allemal. Und nicht nur ihn. Ostern wird es für alle, so ist es verheißen. Der Tod hat seit dem Ostermorgen keine bleibende Macht mehr. Damit ist der größte Angstmacher von allen letztlich entmachteter. Wenn dem so ist, was soll mir dann noch geschehen können?!

Mich bestärkt das gegen meine Angst. Ich muss sie nicht bekämpfen, sie gehört zu mir. Angst muss nicht übermächtig werden, denn Gottes Macht ist wesentlich größer. Dieses Bibelwort trage ich immer bei mir – als Therapie gegen meine Besorgnis und als Stärkungsmittel für mehr Lebensqualität!