

# Nicht schwarz sehen

## Eine Predigt von Brigitte Buchsein

Liebe Gemeinde,

Sorgen und Ängste, die haben wir, denke ich, alle irgendwie - um die längst greifbaren Folgen des Klimawandels, um den schwindenden Zusammenhalt in unserer Gesellschaft, um so manche eigene Herausforderungen.

Das ist normal und oft auch bitter nötig. Aber - Sorgen und Ängste sind das eine, Verzagttheit, Resignation, Schwarzsehen das andere.

Schwarz sehen - das war für mich erstmals in der Coronazeit greifbar, mit all den Maßnahmen, die unser Zusammenleben so massiv beeinflusst und bestehende Missstände aufgedeckt haben. Und dann gleich wieder beim Ausbruch des Ukrainekriegs mit der plötzlichen, nicht mehr für möglich gehaltenen Bedrohung hier für uns und den Problemen für unsere Versorgung.

Viele sehen seitdem, aber auch sonst schwarz, jetzt, für die nächsten Jahre und überhaupt für unsere Zukunft - angesichts der laut gewordenen Unsicherheiten, aber auch wegen der Bedrohung unserer Schöpfung, der Probleme im Bildungs-, Gesundheits- und Rentensystem, und der zunehmenden Aggression.

Daneben erleben wir noch eine andere Form der Angst: Unser ganzes Lebensgefühl ist von Unsicherheit gekennzeichnet, analysiert der Psychologe Wolfgang Schmidbauer. Er spricht von einer neuen deutschen Generation "Angst". Noch nie hatten so viele Menschen so viel zu verlieren. Junge Erwachsene von heute haben mehr Möglichkeiten als alle Generationen vor ihnen. Das ist Segen und Fluch zugleich. Dauernd muss man sich entscheiden. So wächst die Angst, die falsche Entscheidung zu treffen und sich selbst zu verpassen.

Noch einmal: Angst und Sorge hat jeder und jede - mehr oder weniger stark ausgeprägt. Angst und Sorge an sich gehören zum Leben. Konkrete Angst ist für sich genommen sogar sinnvoll und lebensnotwendig. Ein wichtiges Signal, das uns vor Gefahren warnt und schützt. Und Sorge um jemanden oder etwas setzt uns in Bewegung.

Schwarzsehen ist aber etwas anderes. Schwarzsehen heißt vom Negativen ausgehen, selbst ohne konkreten Anlass ängstlich zu reagieren und sich einfangen zu lassen von der Sorge und Angst. Schwarzsehen verengt unseren Blick, lässt uns nicht andere Möglichkeiten sehen, nicht mehr das Ziel, für das es sich zu engagieren lohnt. Schwarzsehen lässt uns aufgeben, nimmt uns die Spielräume, lässt uns mit Verzweiflungstaten auf vermeintliche Sackgassen reagieren, macht uns Angst vor der Angst und lässt uns nur an uns selbst denken.

Es gibt immer andere Möglichkeiten, schließen wir sie nicht von vornherein aus. Wie das aussehen kann, das erzählt uns eine der biblischen Geschichten.

In der Zeit, als die Israeliten in Ägypten lebten, ging das zunächst ganz gut. Sie arbeiteten mit den Ägyptern, bauten auf, gründeten Familien, das ganze Land gedieh. Aber dann kam ein neuer Pharao, der sah nicht, wie sehr die Fremden dem Land nützten. Er sah bloß: Sie werden immer mehr. Wenn das so weiter geht, wenn ein Krieg ausbräche, wenn sie mit unseren Feinden gegen uns kämpften. Lauter Spekulationen, Konjunktive, Vielleichts. Und dann die grausame Konsequenz: Wir wollen sie niederhalten, damit sie nicht noch mehr werden - erst

mit harter Sklavenarbeit und dann mit dem Befehl, alle ausländischen Jungen zu töten. Weil einer schwarz sah, mussten andere leiden und begannen selbst, schwarz zu sehen.

Auch zur Zeit der ersten Christ:innen sah so mancher schwarz. Die winzig kleine Schar der Christen und Christinnen hatte kaum Aussichten auf ein gutes Leben. Sie erlebten Verfolgung, Unverständnis und Hohn. Und nun sollte ein junger Mann namens Timotheus Gemeindeleiter werden. Kein Wunder, dass Timotheus es mit der Angst bekam.

Wie in solch trostlosen Situationen Ermutigung aussehen kann, davon erzählt uns der Text der heutigen Schriftlesung aus 2. Tim. 1, 7-10. Er ist ein Auszug aus dem Brief, den Paulus, oder einer seiner Schüler, an Timotheus geschrieben hat. Da steht nicht: Jetzt reiß dich mal zusammen, stell dich nicht so an! Vielmehr erinnert er an Jesu Botschaft: Gott ist stärker, sogar stärker als der Tod, dem größten Angstmacher. Du kannst etwas wagen, Gott fängt dich auf. Verlass dich auf seinen Geist. Der hebt nicht alle Schwierigkeiten auf, aber er begleitet dich.

Drei Dinge gegen die Verzagtheit schenkt dieser Geist Gottes: Kraft, Liebe und Besonnenheit.

Das erste Geschenk Gottes ist die Kraft.

Kraft bedeutet nicht Kraftmeierei oder Überlegenheit. Das griechische Wort für Kraft heißt dynamis. Es ist eine Kraft, die in Bewegung bringt, die motiviert, den alten Trott zu verlassen, die unserem Denken eine neue Richtung gibt, uns Chancen entwickeln und aufgreifen lässt. Da kommt Dynamik ins Spiel!

"Du, lass dich nicht verhärten, in dieser harten Zeit" singt Wolf Biermann.

Wo Aufbruchstimmung fehlt - Bei mir, in der Gesellschaft, in der Kirche -, wirkt alles wie festgefügt - Das haben wir schon immer so gemacht - Kommt es überhaupt auf mich an? - Ob das gut geht? Der Geist der Verzagtheit demotiviert Menschen, lässt sie schweigen, traut ihnen nichts zu, will sie zum Aufgeben zwingen, diffamiert Einsatz als Gutmenschentum. Der Geist der Kraft lässt sich nicht unterkriegen. Er setzt Energien frei, ist geduldig und ausdauernd, damit wir nicht vor den Herausforderungen der Gegenwart und Zukunft einknicken. Damit wir an der richtigen Stelle Nein sagen und Dinge beim Namen nennen, Damit wir uns von der Sorge antreiben lassen und etwas gegen alle Vernunft wagen.

Aber Vorsicht! – Kraft allein tut es nicht. Darum das zweite Geschenk Gottes: Die Liebe. Gott schenkt Kraft, aber er möchte nicht, dass wir zu Kraftprotzen werden. Zu viel Kraft kann Menschen und Sachen gefährden. Wer viel hat und kann, die Starke, der Gesunde, die Reiche, hat viele Möglichkeiten, aber braucht auch ein Korrektiv, um die damit verbundene Verantwortung wahrzunehmen, sie und er brauchen die Liebe.

Liebe verbindet uns miteinander und macht eine Gesellschaft so erst lebenswert. Sie öffnet den Blick für die Bedürfnisse des Nächsten. Sie will, dass es auch dem anderen gut geht, schützt vor einem Zuviel, befreit von dem Druck, um jeden Preis alles durchsetzen zu wollen, und lässt uns verstehen, was ein anderer sagt oder warum sich eine verhält, wie sie sich verhält. Mit Liebe erkennen wir, dass der eine mehr Zeit für sich braucht und die andere mehr Nähe, warum der einen etwas wichtiger ist als Nachhaltigkeit und der andere Konsequenz einfordert, warum die eine in unser Land flieht und der andere Angst vor Veränderung hat.

Was dagegen ohne Liebe geschieht, kann nur schief gehen, wie es der chinesische Philosoph Laotse auf den Punkt gebracht hat:

*Pflicht ohne Liebe macht verdrießlich, Verantwortung ohne Liebe rücksichtslos;*

*Gerechtigkeit ohne Liebe macht hart, Freundlichkeit ohne Liebe heuchlerisch; Klugheit ohne*

*Liebe macht grausam, Ordnung ohne Liebe kleinlich; Besitz ohne Liebe macht geizig, Ehre ohne Liebe hochmütig; Glaube ohne Liebe macht fanatisch.*

Der Geist der Verzagtheit meint, die Fakten zu sehen, stellt uns und unsere Ängste in den Mittelpunkt, setzt Meinungen absolut, schreit den anderen nieder und isoliert Menschen. Der Geist der Liebe lässt uns Bedürfnisse erkennen, die der anderen und die eigenen kann achtsam die eigenen Gedanken ins Spiel bringen, ist fürsorglich, lässt uns Verständnis aufbringen und nachsichtig mit Fehlern umgehen, ist unvoreingenommen, und macht uns ideenreich.

Schließlich das dritte Geschenk Gottes: die Besonnenheit.

Besonnenheit macht Menschen achtsam und aufmerksam, lässt sie umsichtig handeln, weitet und klärt den Blick. Oft genug geschieht genau das Gegenteil. Wo bleibt die Besonnenheit, wenn reflexartig nach mehr Waffen gerufen wird, wo bleibt sie, wenn wir trotz besseren Wissens zaudern, grundlegend etwas zu verändern. Und wo bleibt sie, wenn Menschen ohne auch nur eine Sekunde nachzudenken, alle Nachrichten unreflektiert weiter geben.

Besonnenheit lässt uns abwägen. So betet Reinhold Niebuhr: *Gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann, und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.*

Und weiter können wir beten: Lass mich erkennen, was ich tun kann und was vielleicht andere? Mit wem sollte ich reden? Ich muss ja nicht alles alleine machen, Ich darf erkennen und staunen: Da hat der eine das bisschen Mehr an Zeit, die andere ein bisschen mehr Geld, der Dritte ein bisschen mehr Phantasie.

Und Besonnenheit macht den Kopf klar. Da kann man sehen, was eigentlich los ist, was wahr ist und was Lüge. Wo andere einen umnebeln wollen mit Panik und Furcht und sagen: Früher war alles besser!,

Besonnenheit hält inne ...

Vor ein paar Jahren hat der schwedische Statistiker Hans Rosling im Buch "Factfulness" lauter Fakten zur Lage der Menschheit gesammelt, die heute besser ist als in der Vergangenheit. Das anzuerkennen und daraus Mut zu schöpfen, auch dazu hilft die Besonnenheit.

Und Besonnenheit verändert die Atmosphäre. Wo einer besonnen handelt, da kann sich der finstere Hass nicht ausbreiten. Wo eine besonnen redet, da wird es hell. Der Geist der Verzagtheit macht uns hektisch oder träge – panisch oder gleichgültig, dramatisiert oder verniedlicht die Situation. Der Geist der Besonnenheit lässt uns zuhören, in uns hinein und aufeinander hören, er lässt uns schauen, was wir, was andere, was wir zusammen tun können, er lässt uns die konkrete von der diffusen Sorge unterscheiden und lässt uns Liebe und Kraft zusammenbringen.

Der Dreiklang aus Kraft, Liebe und Besonnenheit, den Gott uns schenkt, klingt ganz wunderbar. Aber – was tun, wenn dieser Dreiklang nicht zum Klingen kommt, wir diesen Geist nicht spüren, nicht bei uns und nicht bei anderen. Wenn uns doch die Verzagtheit packt? Nun - wir sind fähig zu diesem Dreiklang, schon dieses Versprechen Gottes kann etwas anstoßen. Wir spüren Zutrauen, das uns stärkt, aber auch die Mahnung, nicht dem falschen Geist zu vertrauen, und die Erinnerung, uns der Verzagtheit nicht auszuliefern, sondern etwas dafür zu tun, dass Gottes Geist Raum greifen kann.

Da helfen uns alte und neue Geschichten, die von sich öffnenden Möglichkeiten erzählen. In Ägypten haben sich nicht alle den Maßnahmen des Pharaos gebeugt. Ein paar wenige hatten

rettende Ideen. Eine ägyptische Prinzessin hat das Kind, das von seiner Mutter in einem Körbchen ins Wasser gesetzt worden war, gerettet und eben nicht getötet. Sie hat ihn aufgenommen und später Mose genannt.

Wir lesen und hören von Menschen, die nicht gedacht haben: das hat doch alles keinen Sinn. Von Menschen, die Ideen hatten, Werte und Hoffnung. Menschen, wie sie es auch heute gibt, in der Bürgerrechtsbewegung der DDR, bei den Essens-Tafeln, auf den Seenotrettungsschiffen, bei den Fridays for Future-Aktionen, in Selbsthilfe-Vereinen.

Anderen hilft die alltägliche Erinnerung. Sie platzieren Mutmachverse an verschiedenen Stellen in der Wohnung, im Portemonnaie, am Arbeitsplatz. So flechten sich diese Gedanken in unsere Denkmuster ein und es ist leichter, sie im Krisenfall abzurufen.

Wieder andere brauchen das Gespräch, die Chance, über die Ängste sprechen zu können, und über Anregungen zu reden. Und noch mal anderen helfen Gesten, Symbole oder Rituale.

Die Lyrikerin Rose Ausländer, die als Jüdin voller Ängste die NS-Zeit erleben musste, rät uns: "Wirf deine Angst in die Luft."

Bringen wir unsere Angst vor Gott, in der morgendlichen Stille, mit einem Kreuz oder Engel in der Hand oder in Gesten, So nehmen wir Angst bewusst wahr, tun aber auch etwas und werden so vielleicht frei für neue Impulse. Ermutigt durch Erfahrungen anderer, durch Erinnerungen, im Austausch oder durch Rituale können wir lernen, auf den von Gott gewollten Geist zu vertrauen und mit Ängsten und Sorgen zu leben. Versuchen wir doch einmal, unsere Ängste und Sorgen, angeschubst durch kraftvolle Geschichten, bunte Zettel oder ein kleinen Schutzengel, schwungvoll in den Himmel zu werfen - in Gedanken oder ganz praktisch.

Werfen wir unsere Ängste vor Gott in die Luft, mit Armen, die sich öffnen, um als Gottes Geschenk die Kraft, die Liebe und die Besonnenheit zu empfangen:

Amen

*Brigitte Buchsein, Oberursel*  
*09. Juli 2023*