

A – 12. Sonntag im Jahreskreis – 2020 (Blumenthal)

Angst ist für viele heute ein ständiger Begleiter.

Angst vor dem Corona-Virus, Angst vor den wirtschaftlichen Folgen dieser Krise, Angst vor Populisten und Extremisten, Angst vor Krieg und Terroranschlägen, Angst um den Kurs der Kirche im synodalen Weg.

Pessimisten haben Hochkonjunktur.

Da ruft uns heute Jesus zu: Fürchtet euch nicht! Ich bin bei euch.

Christen sind Optimisten, könnten Optimisten sein, weil sie sich mit Christus verbunden wissen.

KYRIE:

Herr, Jesus Christus, du rufst uns, dir furchtlos zu folgen.

Du gibst uns den Mut, dich zu bekennen.

Du bleibst bei uns alle Tage unseres Lebens.

TAGESGEBET:

Heiliger Gott, gib, dass wir deinen Namen allezeit fürchten und lieben. Denn du entziehst keinem deine väterliche Hand, der fest in deiner Liebe verwurzelt ist. Darum bitten wir durch Jesus Christus.

A – 12. Sonntag im Jahreskreis – 2020 (Blumenthal)

FÜRBITTEN

Jesus Christus sendet uns als seine Jünger, um sein Heil zu den Menschen zu bringen. Ihre Sorgen und Nöte legen wir vor ihn und bitten:

- Wir beten für unseren Papst, die Bischöfe, Priester und Diakone und für alle, die im Dienst der Verkündigung stehen.
V/A: Christus, höre uns.
- Wir beten für alle, die wegen ihres Glaubens oder ihrer Überzeugung benachteiligt oder verfolgt werden.
- Wir beten für alle, die in Angst und seelischer Not sind und keinen Ausweg mehr sehen.
- Wir beten für alle, die in Politik und Gesellschaft Verantwortung tragen und unbequeme Entscheidungen treffen müssen.
- Wir beten für die Wissenschaftler und Forscher, die auf der Suche nach medizinischem Fortschritt sind.
- Wir beten für Ärzte und Pfleger, die sich um Kranke und Sterbende kümmern.
- Wir beten für unsere Verstorbenen und für alle, die um sie trauern.

Herr Jesus Christus, du willst uns die Angst vor der Zukunft nehmen. Dir vertrauen wir, dich preisen wir in Ewigkeit.

FÜRBITTEN

Jesus Christus sendet uns als seine Jünger, um sein Heil zu den Menschen zu bringen. Ihre Sorgen und Nöte legen wir vor ihn und bitten:

- Wir beten für unseren Papst, die Bischöfe, Priester und Diakone und für alle, die im Dienst der Verkündigung stehen.
V/A: Christus, höre uns.
- Wir beten für alle, die wegen ihres Glaubens oder ihrer Überzeugung benachteiligt oder verfolgt werden.
- Wir beten für alle, die in Angst und seelischer Not sind und keinen Ausweg mehr sehen.
- Wir beten für alle, die in Politik und Gesellschaft Verantwortung tragen und unbequeme Entscheidungen treffen müssen.
- Wir beten für die Wissenschaftler und Forscher, die auf der Suche nach medizinischem Fortschritt sind.
- Wir beten für Ärzte und Pfleger, die sich um Kranke und Sterbende kümmern.
- Wir beten für unsere Verstorbenen und für alle, die um sie trauern.

Herr Jesus Christus, du willst uns die Angst vor der Zukunft nehmen. Dir vertrauen wir, dich preisen wir in Ewigkeit.

FÜRBITTEN

Jesus Christus sendet uns als seine Jünger, um sein Heil zu den Menschen zu bringen. Ihre Sorgen und Nöte legen wir vor ihn und bitten:

- Wir beten für unseren Papst, die Bischöfe, Priester und Diakone und für alle, die im Dienst der Verkündigung stehen.
V/A: Christus, höre uns.
- Wir beten für alle, die wegen ihres Glaubens oder ihrer Überzeugung benachteiligt oder verfolgt werden.
- Wir beten für alle, die in Angst und seelischer Not sind und keinen Ausweg mehr sehen.
- Wir beten für alle, die in Politik und Gesellschaft Verantwortung tragen und unbequeme Entscheidungen treffen müssen.
- Wir beten für die Wissenschaftler und Forscher, die auf der Suche nach medizinischem Fortschritt sind.
- Wir beten für Ärzte und Pfleger, die sich um Kranke und Sterbende kümmern.
- Wir beten für unsere Verstorbenen und für alle, die um sie trauern.

Herr Jesus Christus, du willst uns die Angst vor der Zukunft nehmen. Dir vertrauen wir, dich preisen wir in Ewigkeit.

EVANGELIUM **MT 10, 26–33**

Aus dem heiligen Evangelium nach Matthäus.

In jener Zeit sprach Jesus zu seinen Aposteln:

26Fürchtet euch nicht vor den Menschen!

**Denn nichts ist verhüllt, was nicht enthüllt wird,
und nichts ist verborgen, was nicht bekannt wird.**

27Was ich euch im Dunkeln sage,

davon redet im Licht,

und was man euch ins Ohr flüstert,

das verkündet auf den Dächern!

28Fürchtet euch nicht vor denen,

die den Leib töten, die Seele aber nicht töten können,

sondern fürchtet euch eher vor dem,

der Seele und Leib in der Hölle verderben kann!

29Verkauft man nicht zwei Spatzen für einen Pfennig?

Und doch fällt keiner von ihnen zur Erde

ohne den Willen eures Vaters.

30Bei euch aber sind sogar die Haare auf dem Kopf alle gezählt.

31Fürchtet euch also nicht!

Ihr seid mehr wert als viele Spatzen.

32Jeder, der sich vor den Menschen zu mir bekennt,

zu dem werde auch ich mich

vor meinem Vater im Himmel bekennen.

33Wer mich aber vor den Menschen verleugnet,

den werde auch ich vor meinem Vater im Himmel verleugnen.

„FÜRCHTET EUCH NICHT!“

Dreimal ruft Jesus dies seinen Jüngern im heutigen Evangelium zu.

„Fürchtet euch nicht!“

Es gibt vieles, was wir als Menschen fürchten. Im Augenblick hat die Angst auch einen sehr konkreten Namen: Covid-19.

Viele Menschen fürchten sich vor Ansteckung. Die Zahl der Infizierten und damit die Zahl der möglichen Überträger werden zwar statistisch immer kleiner, doch vielen ist die Situation, vor allem größere Ansammlungen von Menschen nicht geheuer. Das sehen wir auch sehr konkret an der Zahl der Gottesdienstbesucher, viele haben es mir in Gesprächen deutlich zurückgemeldet, wir haben ANGST. Und immer gibt es natürlich wieder Nachrichten von neuen Hotspots, das trägt nicht gerade zur Beruhigung bei.

Bei vielen überwiegt aber inzwischen die Sorge um die Zukunft, den Arbeitsplatz, das Einkommen usw. die Angst vor Erkrankung.

So sehr sich z.B. auch der Staat um Hilfe bemüht, und sicher vieles auch schon fruchtet, die allgemeine Unsicherheit, die noch nicht zurückgekehrte Normalität, dieses NICHT-WISSEN schüren weiterhin die Ängste vieler Menschen.

Ängste gibt es viele.

Angst ist ein Grundgefühl, dem man aber schlecht beikommt. Auch mit rationalen Argumenten lassen sich Ängste nicht einfach abstellen.

Was kann man **TROTZDEM** gegen Ängste tun?

Hilft da schon die Aufforderung Jesu im heutigen Evangelium: „Fürchtet euch nicht“? Das ist leicht gesagt. Aber auch bei uns Gläubigen vertreibt dieser Aufruf Jesu weder unsere Ängste, noch ändert es etwas an der Situation.

Außerdem sollte man Gottvertrauen und Glauben nicht mit Leichtsinn verwechseln.

Eine erste Hilfe könnte es sein, zu unterscheiden. Ich versuche es einmal, mit einem Vergleich zu verdeutlichen: Sie haben Rückenschmerzen, eine weit verbreitete Volkskrankheit. Was machen Sie? Nehmen Sie Schmerztabletten? Gehen Sie zum Arzt? Schauen Sie weiter?

Am Anfang ist es wichtig und richtig, durchaus eine Schmerztablette zu nehmen. Nicht nur weil der Schmerz verschwindet, sondern weil man sich nicht schmerzbedingt in eine falsche Schonhaltung begibt. Eine solche falsche Schonhaltung verstärkt eher das Problem.

Die Schmerztablette ist aber nicht die Lösung und schon gar nicht die Heilung. Oft geht es nicht ohne Schmerztabletten, aber erst, wenn Sie die Ursachen der Krankheit bekämpfen, ist Linderung in Sicht. Wenn Sie frühzeitig handeln, und etwas für die Rückenmuskulatur, die eigentliche Ursache des Problems, tun, bleiben Sie vielleicht sogar bewahrt vor Schänden an Bandscheiben oder Rückenwirbeln.

Eine Binsenweisheit, und trotzdem beschränken sich viele darauf, die Symptome zu kurieren, nicht aber die Ursachen der Krankheit zu beseitigen. Beim Lindern der Symptome bleiben Sie an der Oberfläche. Wenn Sie sich mit dem eigentlichen Problem befassen und es lösen wollen, geht es ans EINGEMACHTE. Da müssten Sie beispielsweise drastisch Ihre Lebensweise ändern. Sport treiben, das Essverhalten ändern, dieses oder jenes lassen. DAS ist unangenehm, fordert uns, ist schmerzhaft in anderer Weise.

Das trifft auch auf die Angst allgemein zu. Viele Menschen beschäftigen sich nur mit ihrer Angst, nicht aber mit ihren Ursachen. Entweder man betäubt sich mit Rausch- oder Genussmitteln oder man verschließt einfach die Augen vor der Wirklichkeit.

Das geschieht auch im Augenblick. Und wir schwanken schnell zwischen Hysterie und Sorglosigkeit. Und es sind manchmal dieselben Menschen, die panisch auf Nachrichten reagieren und im Supermarkt, den öffentlichen Verkehrsmitteln oder auf Straße jede Abstandsregel außer Acht lassen.

Aber so widersprüchlich oder hin und hergerissen sind wir Menschen in unseren Ängsten.

Andere und ebenfalls nicht weiterführende Weise mit Angst umzugehen, sind Schuldzuweisungen und Verschwörungstheorien. Da werden die abstrusesten Theorien bemüht. Aber es nichts anderes als Verdrängung der eigenen Ängste. Statt Ursachen anzugehen, macht man vermeintlich schuldige aus und glaubt, das Problem damit behoben zu haben. Weit gefehlt.

Wie im Fall einer Krankheit muss man immer beides tun: mit der Angst umgehen lernen und vor allem die Ursachen der Angst bekämpfen.

Im Umgang mit unseren Ängsten und ihren jeweiligen Ursachen gibt das heutige Evangelium eine gute Hilfestellung.

Jesus tut drei Dinge: 1. ruft er seine Jünger auf: „Fürchtet Euch nicht!“ 2. Spricht er ihnen Mut zu mit der Zusage: „Ohne den Willen des Vaters fällt nicht einmal ein Spatz vom Himmel!“ und 3. sendet er seine Jünger in die Welt hinaus, das Kommen des Reiches Gottes anzukündigen und zu heilen.

Im Sinne des „Fürchtet euch nicht!“ heißt es, sich immer wieder bewusst zu machen: **ANGST SPIELT SICH IM KOPF AB!**

Angst kann einengen, blind machen. Aber Angst ist menschlich. Sie begründet sich in unseren Grenzen und Schwächen. Wir haben unsere Lebensumstände und unsere Zukunft nicht in der Hand.

In diesem Sinne ist Angst noch nicht einmal etwas Schlechtes. Sie lässt uns Menschen über uns hinaus wachsen. Sie hilft Kraftreserven und Fantasie zu wecken, um den Herausforderungen des Lebens begegnen zu können.

Allerdings darf man sich nicht von der Angst beherrschen lassen, sonst bleiben unsere Kräfte und unsere Fähigkeiten in der Enge unserer Angst verborgen.

Sich von der **ANGST** nicht **ÄNGSTIGEN** zu lassen, kann gelingen, wenn wir uns getragen oder geborgen wissen. Dazu lädt uns Jesus ein mit der Zusage: „Ohne den Willen des Vaters fällt nicht einmal ein Spatz vom Himmel! - Ihr seid mehr wert als viele Spatzen!“

Ein solches Vertrauensverhältnis, ein solches Bewusstsein des Getragenseins kann die Angst wirkungsvoll vertreiben. Ich hoffe, dass wir dies immer wieder auch erlebt haben.

Aber auch hier gilt: dies Vertrauensverhältnis mag helfen, unsere Angst zu verringern, aber es beseitigt nicht die Ursachen der Angst!

Es ist schmerzlich aber: Gott beseitigt nicht unsere Probleme. Deshalb gehört für Jesus die Aussendung seiner Jünger hinzu. Der Auftrag, das Kommen des Reich Gottes zu verkünden und durch Heilungen spürbar zu machen, heißt im Grunde genommen nichts anderes als sich den Herausforderungen der Welt zu stellen und am Bau einer anderen, neuen Welt mitzubauen. Das war schon am vergangenen Sonntag Thema des Evangeliums.

Jesus macht uns Mut, uns den Herausforderungen zu stellen. Er löst sie nicht für uns, aber er verspricht, in dem Moment, wo wir anpacken, dabei zu sein, und die Fähigkeiten, uns mit den Dingen des Lebens auseinanderzusetzen, hat er reichlich in uns angelegt. Wir müssen uns nur beruhigen von unseren Ängsten und genau diese Fähigkeiten entdecken und uns etwas zutrauen.

Wenn wir uns nicht den Herausforderungen stellen, wenn wir nicht Mittun in der Gesellschaft und mit allen Menschen an der Zukunft mitzubauen, gleicht auch der Glaube an Gott nur der Einnahme einer Schmerztablette. Er beruhigt und betäubt, aber er verändert nicht die Ursachen, die Wirklichkeit.

In diesem Sinne möchte ich uns ermutigen, den Auftrag Jesu anzunehmen. Schauen wir hin, wo wir gefordert sind, an den Herausforderungen der Zeit, an den aktuellen Problemen etwas lösen zu können. Mag unser Beitrag auch noch so klein, mag es auch nur ein kleiner Handgriff, eine kleine Unterstützung, ein Wort des Trostes oder ein Zuspruch, oder auch nur das Einhalten von Vorsichtsmaßnahmen sein, **jedes TUN ist ein wichtiger Schritt gegen unsere Ängste.**

Jedes GEMEINSAME Tun für das Leben, für eine Zukunft, auch gegen die Folgen der Corona-Epidemien oder ihre Begleiterscheinungen wirkt gegen unsere Ängste, gegen die Ursachen unserer Ängste.

Und bei allem Tun dürfen wir sicher sein, dass der Herr an unserer Seite ist, und wir mit seinem Geist gute Wege finden werden.