

Predigt über Markus 14, 32-42

Angst gehört unvermeidlich zu unserem Leben. In immer neuen Abwandlungen begleitet sie uns von der Geburt bis zum Tode. Aber das heisst nicht, dass wir dauernd an sie denken oder ihrer immer bewusst wären. Und doch ist sie immer gegenwärtig. Wie der Tod nicht aufhört zu existieren, wenn wir nicht an ihn denken, so auch die Angst. Sie ist immer gegenwärtig.

Wenn wir an uns selber, an unsere Lebensgeschichte denken, dann können wir deutlich sehen, dass es Phasen und Augenblicke gab, die vom Gefühl der Angst bestimmt waren; neben Momenten, in denen wir uns unbekümmert und wohl fühlten. Nicht immer war es die gleiche Angst. Angst hat verschiedene Formen. Während wir vielleicht als Kinder Angst vor Donner und Blitz hatten, erleben wir sie als Erwachsene anders. Wir haben Angst vor der Arbeitslosigkeit und auch Angst vor der Zukunft, die uns unsicher vorkommt. Dann gibt es auch Ängste, die früheren Kulturen unbekannt waren - etwa die Angst vor Bakterien und Viren, vor neuen Krankheitsbedrohungen, wie wir sie im Moment gerade erleben, Angst vor Alter und Einsamkeit. Dafür leben sie z. Bsp in der Angst vor der Sonnen- und Mondfinsternis - was für uns heute interessante Naturschauspiele sind. Die Angst hat viele Gesichter und ist auch durch Kultur, Gesellschaft und Zeit bedingt, aber wir erleben sie immer konkret. Und darum ~~verunsichern~~ ^{kann} sie uns verunsichern, im extremsten Fall gar lähmen und blockieren oder sie kann Kräfte in uns freisetzen, die uns zu Veränderungen anspornen und uns geradezu beflügeln, Neues zu wagen. Die Angst als Antrieb oder als Bremse. Beide Wirkungen kennen wir.

Fritz Riemann, ein Psychoanalytiker, unterscheidet in seinem

Buch: „Grundformen der Angst“ vier Möglichkeiten, wie wir Angst erleben. An Beispielen möchte ich diese Formen der Angst ~~veranschaulichen~~ illustrieren.

Da ist ein junger Mann. Auf Drängen seiner Freundin und auch seiner Familienangehörigen verlobt er sich. Schliesslich kannte er seine Freundin schon seit Jahren. Doch als nach einiger Zeit des gemeinsamen Zusammenlebens von einer Heirat die Rede ist, bekommt er Angst. Er will sich nicht binden. Er befürchtet seine Selbstständigkeit zu verlieren und abhängig zu werden. So beschliesst er, sich von der Freundin zu trennen.

~~Er~~ Er befürchtet in dieser durch die Heirat verbindlichen Beziehung seine Freiheit zu verlieren, sich zu sehr anpassen zu müssen. Letztlich hat er Angst seine eigene Identität zu verlieren. Der junge Mann hat Angst vor der Beziehung und ist vermutlich gar nicht fähig eine tiefere Beziehung einzugehen.

Zweites Beispiel:

Da spürt plötzlich eine Frau im mittleren Alter, dass sie sich verändern möchte. Ihre Kinder sind erwachsen, ihr Ehemann ist voll engagiert in Beruf und Politik. Sie selbst aber sucht nach einer neuen Aufgabe. Denn ihre Rolle als Mutter hat sich verändert. Die Arbeit im Haushalt erfüllt sie nicht mehr. Darum entscheidet sie sich für einen beruflichen Wiedereinstieg. Doch plötzlich machen ihr diese Veränderungen Angst. Sie spürt deutlich, wie wichtig für ihre Persönlichkeitsentwicklung dieser Schritt wäre, doch sie hat Angst, etwas Neues zu wagen, sich selber zu sein und zu ihren Bedürfnissen zu stehen. Dieses Beispiel zeigt eine Form von Angst, die mit der Selbstverdingung zu tun hat und verbunden damit ist die Angst vor der Ungeborgenheit und auch die Angst, neue Schritte zu wagen.

Drittes Beispiel :

Da ist ein Mann im mittleren Lebensjahr. Beruflich hat er es weit gebracht. Auch sonst könnte er mit sich zufrieden sein. Aber plötzlich beschleicht ihn ein Gefühl der Leere. Er sagt sich: Ich bin jetzt fünfzig geworden, habe viel gesehen, viel erlebt, habe mich engagiert und doch bin ich zutiefst unzufrieden. „Woher kommt diese Unzufriedenheit?“ fragt er. Und plötzlich stellt er fest, dass auch andere Männer im gleichen Alter ähnliches erleben. Oft fühlt er sich müde und spürt deutlich, wie er rein körperlich nicht mehr so mag. Es dauert eine Weile, bis er seine Unzufriedenheit lokalisieren kann und entdeckt, dass sie etwas mit der Tatsache zu tun hat, dass er älter geworden ist. Er blickt zurück auf die gelebte Zeit und blickt nach vorne und überlegt sich, wieviele Jahre er wohl noch vor sich hat. Er macht an sich selber die Erfahrung der Vergänglichkeit. Ja, er spürt sie geradezu. Und das macht ihm Angst. Denn das Erfahren der eigenen Vergänglichkeit führt unweigerlich zum Bewusstsein: Ich bin nicht nur vergänglich, sondern auch sterblich.

Fritz Riemann bezeichnet diese Form der Angst als die Angst vor der Wandlung. Sie wird als Vergänglichkeit und Unsicherheit erfahren.

Viertes Beispiel :

Da ist eine junge Frau, die von ihrem Arzt soeben die Nachricht bekam, dass sie schwer krank sei und Krebs habe. Sie braucht Zeit, um diese Diagnose verdauen zu können. Sie weiss, dass sie nur noch eine kurze Zeit leben wird. Trotzdem unternimmt sie alles Erdenkliche, um von dieser schweren Krankheit geheilt zu werden. Doch niemand kann ihr helfen. Es gibt keinen Ausweg mehr.

Sie macht die Erfahrung der Endgültigkeit und Unfreiheit. Und zwar zum ersten Mal. Denn nur der Tod ist endgültig. Sie spürt das und das macht ihr Angst. Angst vor diesem Endgültigen, Angst vor dem Tod. Man bezeichnet diese Form der Angst als Angst vor der Notwendigkeit, die als Endgültigkeit und Unfreiheit erlebt wird.

Alle möglichen Ängste sind letztlich immer Varianten dieser vier Grundängste:

- Die Angst vor dem Ich-Verlust
- Die Angst vor der Selbstwerdung
- Die Angst vor der Wandlung
- Die Angst vor der Endgültigkeit.

Sie bestimmen unser Denken, Handeln, Entscheiden, Glauben - alles, was wir tun oder nicht tun, sind oder nicht sind, ist von Ängsten bestimmt, einmal mehr, einmal weniger. Die Angst gehört zu uns, ob wir das wahrhaben wollen oder nicht. Jesus hat einmal zu den Jüngern gesagt: „In der Welt habt ihr Angst, aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden.“

Bis jetzt habe ich ausführlich und allgemein von der Angst geredet. Das habe ich getan, weil ich denke, es kann hilfreich sein um zu verstehen, was Jesus kurz vor seinem Tod im Garten Gethsemane erlebt hat. Seine Angst und deren Überwindung. Denn die vier Grundformen der Angst können wir in dieser Geschichte entdecken.

"Sie kamen an eine einsame Stelle, die Getsemani hiess. Dort sagte Jesus zu seinen Jüngern: "Bleibt hier sitzen, während ich beten gehe." Petrus, Jakobus und Johannes nahm er mit. Furcht und Zittern befielen ihn, und er sagte: "Auf mir liegt eine Last, die mich fast erdrückt. Bleibt hier und wacht!" Dann ging er noch ein paar Schritte weiter, warf sich auf die Erde und bat Gott, wenn es möglich wäre, ihm diese Leidensstunde zu ersparen. "Abba - lieber Vater", sagte er, "du kannst alles! Lass diesen Leidenskelch an mir vorübergehen! Aber es soll geschehen, was du willst, nicht was ich will." Dann kehrte er zurück und sah, dass die drei eingeschlafen waren. Da sagte er zu Petrus: "Simon, schläfst du? Kannst du nicht einmal eine einzige Stunde wach bleiben?" Dann sagte er zu ihnen: "Bleibt wach und betet, damit ihr in der kommenden Prüfung nicht versagt. Den guten Willen habt ihr, aber ihr seid nur schwache Menschen."

Noch einmal ging Jesus weg und betete mit den gleichen Worten. Als er zurückkam, schiefen sie wieder. Sie konnten die Augen nicht offenhalten und wussten nicht, was sie ihm antworten sollten. Als Jesus das dritte Mal zurückkam, sagte er zu ihnen: "Schlaft ihr denn immer noch und ruht euch aus? Genug jetzt, es ist soweit; gleich wird der Menschensohn den Feinden Gottes ausgeliefert. Steht auf, wir wollen gehen. Da ist er schon, der mich verrät!"

In dieser Geschichte wird die Angst nirgendwo verschwiegen. Da wird offen über eine Wirklichkeitserfahrung gesprochen, die auch zu uns gehört. und das macht diese Erzählung menschlich und glaubwürdig. Auch Jesus hatte Angst. Auch er zitterte als er sah, dass die Stunde gekommen war. Immer wieder hat man gemeint, dass Jesus in der Stunde von Gethsemane an Gott irre geworden sei. Irgendwie wäre das auch verständlich. Es hätte tatsächlich so sein können. Es wäre denkbar, dass alles, was Jesus verkündet, getan und gelebt hatte, sich plötzlich als Lüge, als frommer Wunsch, als Fantasie erwiesen hätte. Aber so war es nicht. Im Gegenteil. In der Stunde der Angst und der Verzweiflung wendet er sich an Gott. Er bezeugt Gott so, wie er ist: voller Angst und Zweifel gegenüber dem, was kommen soll. Auch Angst und Zweifel haben Platz vor Gott. Jesus wusste, dass die Stunde gekommen war, dass es kein Entrinnen mehr gibt, keinen Ausweg und keinen Rückzug.

Und doch spüren wir auch etwas von der Hoffnung, der Hoffnung

eines verzweifelten Kindes - könnte man sagen - wie er sich in seiner Not an den Vater wendet, ihn Abba nennt, was soviel heisst wie Papi oder Vati. Plötzlich sind tiefes Vertrauen und totale Verlassenheit ganz nah beieinander. Dann aber macht das Vertrauen Jesus frei zu sagen: "Abba, es soll geschehen, was du willst, nicht was ich will." Jesus hat die Endgültigkeit bejaht, die Angst Gott anvertraut und ist nun bereit zu sterben. Aber er kann das erst nach langem inneren Ringen. Nicht Schicksalsglaube und stumme Ergebenheit führen zu diesem Ja, wie immer wieder gesagt wurde, sondern dieses Ja ist aus einem grossen Vertrauen heraus gesprochen.

Welche Rolle spielen die Jünger in dieser schweren Stunde? Sind sie nur schlafende Randfiguren, die nicht wissen, was sie sagen sollen? Jesus bittet gerade die drei, die ihm wohl am nächsten standen: Petrus, Jakobus und Johannes, ihm in dieser schweren Stunde beizustehen. Das ist verständlich, denn das Gefühl, in schwierigen, belastenden Situationen wenigstens jemand Vertrauten in der Nähe zu haben, hat etwas Tröstendes an sich. Auch Jesus braucht diese Unterstützung; doch als er zurückkommt, findet er seine Jünger schlafend. Ich denke, dieser Schlaf der Jünger hat viel mit ihrer Angst zu tun. Auch sie haben gemerkt, dass jetzt die Stunde der Wahrheit gekommen ist, die Verhaftung und Hinrichtung von Jesus. Aber sie haben Angst, sich darauf einzulassen. Der Leidende Jesus ist ihnen zu nahe. Ein Erlöser und Retter, der leidet und Angst hat, was für ein Widerspruch. Das hatten sie nicht aus, stellt ihre Erwartungen an Jesus auf den Kopf.

Das geht nicht, ergibt keinen Sinn. Denn seinerwegen haben sie alles aufgegeben - Familie, Beruf, Besitz. Jesus war für sie alles. Und jetzt soll mit einem Schlag alles kaputtgehen: all ihre Hoffnungen und Träume. Der Leidende Jesus ist ihnen unheimlich nahe, viel zu nahe. Es ist die Angst vor dem Verlust der eigenen Identität, aber auch die Angst davor, was mit ihnen geschehen soll, wenn Jesus hingerichtet

7
wird und sie sich neu orientieren müssen. Und dann ist es die Angst, das, was sie mit Jesus erlebt und erfahren haben, als etwas Vergängliches akzeptieren zu müssen.

Die vier Grunderfahrungen der Angst, wie F. Riemann sie in seinem Buch beschreibt, finden wir in der Erzählung von Gethsemane. Die Angst vor der Endgültigkeit und Unausweichlichkeit bei Jesus, die Angst vor Identitätsverlust, die Angst vor Neuem und die Angst vor der Vergänglichkeit, bei den Jüngern. Alles nachvollziehbar und allzu verständlich, denn die Realität zeigt: es ist möglich verkleumdet zu werden, verhöhnt zu werden - verfolgt und gefoltert zu werden, alles ist möglich, aber die Angst hat nicht das letzte Wort. Die Ereignisse in dieser Nacht in Gethsemane wollen uns zeigen, dass es keine Angst mehr geben muss, die uns von Gott, von uns selbst und von den Menschen trennen könnte. In diesem Sinn sagt Jesus: „In der Welt habt ihr Angst, aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden.“