

# Angst verhindert Vertrauen

Markus 4,35-41

Predigtreihe «Angst oder Vertrauen»

Teil 2

**24. November 24**

Sämi Schmid

Jesus Christus sagt: **In der Welt habt ihr Angst. Aber seid getrost, ICH habe die Welt überwunden.** (Joh 16,33) Über dieses Wort habe ich letzten Sonntag in der Kirche gepredigt. Ja, wir alle haben im Leben immer mal wieder mit Angst zu kämpfen – mehr oder weniger. Aber wir sollen nicht von der Angst beherrscht werden. Jesus möchte, dass wir in unserem Leben keine Sklaven der Angst sind, sondern im Vertrauen auf ihn trotz schwierigen Umständen getrost und gelassen sein können.

Heute nehmen wir die Angst wieder in den Fokus, obwohl niemand gerne über seine Ängste redet. Wir holen sie damit aus dem ihrem Versteck und stellen sie ins Licht von Jesus, mit dem wir die Angst überwinden können.

Meine heutige Predigt hat den Titel: **Angst verhindert Vertrauen** (Glauben). In der Geschichte der Sturmstillung kommt dies sehr schön zum Ausdruck. → Markus 4,35-41

V35-36

Bis dahin ist die Welt noch in Ordnung. Jesus und seine Jünger hatten einen anstrengenden Tag mit vielen Leuten um die Ohren. Und jetzt rudern sie über den See Genetsareth. Der See ist dort +/- 10km breit. Diese Überfahrt dauerte also einige Stunden. Aber sie genossen die Ruhe des Abends. Doch schon bald zieht ein bedrohlicher Sturm auf.

V37

Die Jünger haben da natürlich nicht tatenlos zugeschaut. Sie haben gerudert und Wasser geschöpft, während ihr Boot wie eine Nusschale herumgeworfen wird. Eine Welle nach der anderen wirft sicher über sie. Die Jünger kämpfen wie die Löwen und haben Angst um ihr Leben. Und diese Jünger waren nicht irgendwelche Weicheier, sondern Fischer – erfahrene Männer auf dem Wasser.

38-41

In diesem Text gibt es einen absolut krassen Gegensatz zwischen den Jüngern und Jesus. Auf der einen Seite sind da die Jünger, die grosse Angst haben und um ihr Leben kämpfen und dabei alles geben. Und auf der anderen Seite ist da Jesus, der in der haargenau gleichen Situation ist, aber seelenruhig schläft. Wahrscheinlich hatte es hinten im Schiff so etwas wie eine kleine Koje. Der Gegensatz könnte kaum grösser sein: Todesangst – ruhig schlafen.

Meine Frage ist: Was kommt in diesem so unterschiedlichen Verhalten zum Ausdruck? Weshalb kann Jesus in dieser Situation schlafen? Er hat voll im Blick, dass der Vater im Himmel für ihn sorgt. Er weiss: Der Vater sorgt für mich, deshalb kann ich getrost schlafen. So wie es im Psalm 4 heisst:

**Ich liege und schlafe ganz im Frieden, denn du allein, Herr, gibst mir Geborgenheit.** (V9)  
Das Verhalten von Jesus ist geprägt von Vertrauen und bewirkt Gelassenheit.

Ganz anders zeigen sich die Jünger: Sie haben nur noch Augen für den Sturm und ihre bedrohliche Lage. Sie haben Todesangst, weil sie denken, dass ihr Schiff jeden Augenblick sinken kann. Sie kämpfen mit aller Kraft gegen diese Bedrohung an. Sie haben nur noch Augen für diese grosse Bedrohung und können nichts anderes mehr denken.

Die Jünger sind im Würgegriff der Angst. Da ist über lange Zeit kein Funke von Vertrauen sichtbar. Obwohl Jesus in nächster Nähe ist, denken sie überhaupt nicht an ihn – geschweige denn an seine Kraft und Autorität. Obwohl Jesus da ist, kämpfen sie allein bis zum Umfallen.

Wenn wir das so von aussen beobachten können, denken wir vielleicht: Das ist doch nicht möglich! Jesus ist da, und die Jünger haben trotzdem Angst und verzweifeln. Aber vielen von uns geht es oft genauso wie den Jüngern. Jesus lebt in uns. Er ist da. Und doch haben wir keine Augen für ihn und haben Angst vor einer Situation.

Irgendwann – vielleicht erst nach Stunden – realisiert einer der Jünger, dass Jesus ja in der Koje schläft. Und dann geht es nicht lange, und sie wecken ihn vorwurfsvoll: «He Jesus! Das kann doch nicht wahr sein, dass du hier pennst, während wir um unser Leben kämpfen. Sind wir dir völlig egal? Macht es dir nichts aus, wenn wir sterben?»

Das könnten durchaus deine oder meine Worte sein, wenn wir Jesus im Gebet vorwerfen, dass er wieder einmal nichts tut (schläft), während wir in einer notvollen Situation stecken und davon total gefangen sind.

Da stellt sich die Frage: Wer hat hier ein Problem? Jesus oder die Jünger? Wo liegt das Problem? Im Verhalten der Jünger oder im Verhalten von Jesus? Das führt uns zur Frage:

## Woher kommt unsere Angst?

Die Angst der Jünger oder die Angst in unserem Leben hat einen Grund – eine Ursache. Und ich meine jetzt nicht den Sturm, oder die schwierige Prüfung oder die lebensgefährliche Operation. Unsere Angst hat einen anderen Grund. Wir sehen es daran, dass Jesus mitten in diesem Sturm schlafen konnte. Er hatte Gott im Blick und konnte deshalb gelassen sein.

Unsere Angst kommt aus einem Denken ohne Gott. Unsere Angst zeigt, dass wir in dieser Situation Gott nicht im Blick haben und/oder ihm nicht vertrauen. Die Angst zeigt, dass wir gottlos unterwegs sind, obwohl Jesus ganz nahe ist (in uns lebt).

⇒ Auf Flipchart aufzeichnen:

- Mensch steht vor grossem Problem
- Gott / Jesus ist aber viel grösser – überragt das Problem bei weitem.

Wenn wir vor einem Problem stehen – wie die Jünger im Sturm – sind wir davon oft total eingenommen. Die Angst bewirkt sehr oft, dass wir diesen Tunnelblick und auch nichts anderes mehr im Blick haben. Wir sehen dann nicht mehr, dass Gott da ist und wir ihm vertrauen könnten. Das ist wie ausgeblendet.

Die Angst kommt aus einem Denken ohne Gott. Angst kommt davon, wenn wir gottlos unterwegs sind und deshalb alles allein und mit eigener Kraft machen müssen. Als mir selbst diese Realität bewusst wurde, bin ich ganz schön erschrocken. Und doch musste ich zugeben: Ja, das ist so. Ich bin in meinem Alltag oft gottlos unterwegs. Und eine spürbare Auswirkung davon ist, dass ich Angst habe.

«Gottlos» ist eigentlich ein sehr krasses Wort. Ich habe dabei immer an solche Menschen gedacht, die von Gott überhaupt nichts wissen wollen und deshalb ganz schlimme Dinge tun. Aber dann habe ich gemerkt, dass ich als Christ auch gottlos (ohne Gott) unterwegs sein kann. Meine Angst macht dieses Denken ohne Gott sichtbar. Das war auch bei den Jüngern im Sturm so.

Craig Groeschel hat ein sehr interessantes Buch zu diesem Thema geschrieben. Es hat den Titel: Der fromme Atheist. Er beschreibt darin Christen, die wohl an Jesus Christus glauben, aber in ihrem Alltag trotzdem so leben, als ob Gott nicht da wäre und alles aus eigener Kraft tun. Wie bei den Jüngern ist Jesus wohl ganz nahe, aber sie beziehen ihn nicht mit ein.

Kennst du dieses Denken ohne Gott auch? Kennst du diese Gottlosigkeit?

Wenn du das – wie ich – in deinem Leben erkennst, dann ist es entscheidend wichtig, dass wir dieser Realität in die Augen schauen und es uns eingestehen:

- Ja, ich bin oft sehr gott-los unterwegs
- Ja, ich vertraue Gott in meinem Alltag recht wenig. (evtl. Notnagel in höchster Not)
- Ja, ich bin oft von schwierigen Umständen viel mehr eingenommen als von der Realität, dass Jesus da ist und mir hilft.

Wenn du das merkst, dann ist es dran, umzukehren und Busse zu tun, denn Gottlosigkeit ist Sünde. Dazu passt das Zitat von Adolf Schlatter, das ich im letzten Infomail aufgeschrieben habe.

*«Busse tun und Bekehrung ist nicht nur Gebot für Nichtchristen, sondern zuerst Pflicht der Christenheit.»*

Ja, es geht an diesem Punkt darum, um Vergebung für unser falsches Denken zu bitten. Und weil Jesus Christus auch dafür am Kreuz gestorben ist, will er uns diese Sünde gerne vergeben. Und der Heilige Geist will uns helfen, unser Denken zu erneuern.

So schreibt es Paulus in Römer 12,2:

**Lasst euch von Gott durch Veränderung eurer Denkweise in neue Menschen verwandeln.**

Diese Denkveränderung können wir nicht selbst bewirken. Das ist ein Werk des Heiligen Geistes an uns. Genau das war das Anliegen von Jesus in unsrer Geschichte. Denn Jesus weiss ganz genau:

## Angst und Vertrauen geht nicht zusammen

Nachdem Jesus mitten im Sturm geweckt wurde, ist er aufgestanden und hat den Sturm mit einem Wort gestillt. Dann wendet er sich seinen Jüngern zu und sagt:

**Warum seid ihr so ängstlich? Habt ihr noch keinen Glauben?** (V40)

Man kann sich durchaus über diese Frage von Jesus wundern. Denn wir alle können sehr gut verstehen, weshalb die Jünger bei diesem gewaltigen Sturm Angst hatten.

Und doch ist es gut, wenn wir da genau hinschauen und gut hinhören. Da sehen wir wieder den Gegensatz von Angst und Glauben / Vertrauen. Eigentlich sagt Jesus zu seinen Jüngern: Wenn ihr Angst habt, vertraut ihr mir noch nicht! → Wenn du Angst hast, vertraust du Jesus nicht, und rechnest mit ihm, sondern nur mit deinen eigenen Möglichkeiten.

Anders ausgedrückt sagt er: Angst und Vertrauen geht nicht zusammen. Entweder ist euer Herz von Angst erfüllt und ihr habt Gott nicht im Blick oder euer Herz ist von Vertrauen erfüllt und ihr könnt trotz schwierigen Umständen gelassen sein. Und als Jünger von Jesus soll euer Herz mit Vertrauen erfüllt sein. Das ist das Anliegen von Jesus.

Paulus bestätigt dies, wenn er in 2 Tim 1,7 schreibt:

**Gott hat uns nicht den Geist der Furcht (Angst) gegeben, sondern den Geist der Kraft, der Liebe und Besonnenheit.**

Angst und Kraft geht nicht zusammen.

Angst und Liebe geht nicht zusammen.

Angst und Besonnenheit geht schon gar nicht zusammen.

Beispiel Kiste und zwei Ballone (Angst / Vertrauen)

- Die Kiste symbolisiert unser Herz.
- Wenn der Ballon «Angst» in der Kiste liegt, ist sie ausgefüllt und es hat für den Ballon «Vertrauen» keinen Platz mehr. Angst verhindert Vertrauen.
- Aber auch das Gegenteil stimmt: Wenn unser Herz mit Vertrauen gefüllt ist, dann hat die Angst keinen Platz. Sie hat keine Chance.

Genau diese Realität steht hinter der Frage von Jesus an seine Jünger:

**Warum seid ihr so ängstlich? Habt ihr noch keinen Glauben?** (V40)

Und genau diese Frage stellt Jesus auch dir und mir. Denn er will, dass wir nicht länger von der Angst geprägt und regiert werden. Und deshalb lädt er uns zum Vertrauen ein.

## Einladung zum Vertrauen

### **Warum bist du so ängstlich? Hast du noch keinen Glauben?**

Diese direkte und persönliche Frage von Jesus an uns hat nicht das Ziel, uns zu verurteilen und abzuschreiben. Jesus ermöglicht uns damit eine nüchterne und realistische Bestandesaufnahme zu unserem Vertrauen. Damit erkennen wir, dass es um unser Vertrauen in Jesus vielleicht gar nicht so gut steht, wie wir oft denken.

Mir gefällt das kleine Wörtchen «noch» in der zweiten Frage. Habt ihr «noch» keinen Glauben? Jesus zeigt damit auf, dass da noch Glaube wachsen kann. Genau das ist sein Anliegen für uns. Und dazu lädt uns Jesus ein. Er will unserem Glauben wie auf eine nächste Ebene verhelfen, damit wir nicht mehr von der Angst regiert werden. Jesus wünscht sich, dass unser Vertrauen in ihn so stark wird, dass wir auch mitten in den Stürmen unseres Lebens gelassen bleiben können. Nicht weil wir alles im Griff haben, sondern weil Jesus bei uns ist und alles im Griff hat.

Dass Jesus jederzeit helfen kann, führte er damals seinen Jüngern eindrücklich vor Augen. Wir lesen:

**Jesus bedrohte den Wind und befahl dem Wasser: «Schweig! Sei still!» Sogleich legte sich der Wind und es herrschte eine tiefe Stille. (V39)**

Die Jünger kamen aus dem Staunen nicht mehr heraus. Sie bekamen einen ganz neuen Blick von Jesus und seiner Kraft und Autorität. Auch mit dieser Erfahrung lädt er damals seine Jünger und auch uns heute ein: Du kannst mir jederzeit vertrauen – auch mitten im Sturm. «Ja, Jesus, genau das wünsche ich mir für mich selbst, aber auch für uns alle.»

Jesus verurteilt seine Jünger nicht, weil sie diesen Glauben/dieses Vertrauen noch nicht haben. Aber er will, dass sie nicht stehen bleiben, sondern sich nach dieser Art von Glauben ausstrecken.

Und weil wir das alles selbst nicht in unserem Herzen bewirken können, dürfen wir mit unserem Unvermögen und unserer Angst zu Jesus kommen. Komm zu Jesus! Er selbst sagt uns in Mt 11,28-29

**Kommt alle her zu MIR, die ihr euch abmüht und unter eurer Last (Angst) leidet! ICH werde euch Ruhe geben. Vertraut euch MEINER Leitung an und lernt von MIR, denn ICH gehe behutsam mit euch um und sehe auf niemanden herab. Wenn ihr das tut, dann findet ihr Ruhe für euer Leben. (Hfa)**

Jesus allein hat die Kraft, unsere Angst zu überwinden. Deshalb lädt er uns ein, ihm zu vertrauen.