

## Ein Leben ohne Angst

**Mt 8,26** «Warum habt ihr Angst? Habt doch mehr Vertrauen zu mir!»

- **Warum haben wir Angst?**

**Mt 8,23-24** Danach stieg er in ein Boot und fuhr mit seinen Jüngern weg. Mitten auf dem See brach **plötzlich** ein **gewaltiger Sturm** los, so dass die Wellen ins Boot schlugen. Aber Jesus schlief.

Als sich der Schreiber Matthäus an dieses Ereignis erinnerte, wählte er ein Substantiv, dass er nur dreimal nutzte: „**Seismos**“.

Wir kennen das Wort heute in dem Begriff „**Seismologe**“ – jemand, der Erdbeben studiert - oder im Wort „**Seismograph**“, ein Instrument, das die Stärke von Erdbeben misst. Das gleiche Wort wird benutzt, um das Erdbeben bei der Kreuzigung Christi (**Mt 27, 51-54**) und seiner Auferstehung zu beschreiben (**Mt 28,2**).

Dieser „**Sturm**“ war so stark, dass sie bis in ihr Innerstes erschüttert wurden. **Plötzlich** ohne jede Warnung – dieser Sturm überkam sie wie die meisten Ängste völlig unerwartet.

Dieser „Sturm“ kam sogar auf, während Jesus mit seinen Jüngern im Boot saß. Man würde eher erwarten, dass, als Jesus ins Boot stieg, ein wunderbarer Regenbogen sichtbar würde und die Engel sängen; alles andere als einen Sturm!

Das gleiche Ereignis steht auch im Markus-Evangelium:

**Mk 4,37-38** Da brach ein gewaltiger Sturm los. Hohe Wellen schlugen ins Boot, es lief voll Wasser und drohte zu sinken. Jesus aber **schlief** hinten im Boot auf einem Kissen.

Was für ein Bild! Es beschreibt, was in uns passiert, wenn Angst an unsere Tür klopft. Wo ist Gott? Schläft er und verschließt er die Augen vor unserer Situation?

Ihre Reaktion offenbart, was Angst in unserem Herzen und unserem Verstand bewirkt.

Das Matthäus-Evangelium erzählt uns:

**Mt 8,25** Da weckten ihn die Jünger und riefen voller Angst: «Herr, hilf uns, wir gehen unter!»

Drei Worte stehen dafür im Griechischen: **Herr! Hilf! Sterben!**

**Mk 4,38** Da rüttelten ihn die Jünger wach und schrien **voller Angst**: «Herr, wir gehen unter! **Merkst du das nicht?**»

Zu diesem Zeitpunkt stellt niemand in Frage, ob Jesus die Kraft hat etwas zu tun oder vielleicht die Erfahrung hat mit so einem Sturm umzugehen, sondern sie fragen sich eher, ob seine Liebe und Fürsorge für sie da ist.

Das ist genau das, was Angst in uns bewirkt:

**wir verlieren unsere Zuversicht**, das Gott für uns und mit uns ist.

Alles was sie bisher mit Jesus erlebt haben, ist vergessen und wir hören nur das eine: "Tu etwas!"

Das ist auch ein Bild dafür, was Angst in uns bewirkt – **es macht uns zu "Kontroll-Freaks"**, denn die Wurzel aller Angst ist **das Gefühl, nicht alles unter Kontrolle zu haben** und wir werden fordernd. Angst kommt, wenn wir uns unsicher fühlen.

**Angst fängt auch an, an unserem Gedächtnis zu arbeiten**; so wie bei den Jüngern, **wir vergessen all' das, was Gott für uns getan hat**. Sie waren dabei, als er die Kranken heilte, blinde Augen öffnete, der Menge zu essen gab, aber in solchen Momenten ist alles vergessen.

Wenn Angst unser Herz kontrolliert, **wird das Verlangen nach Sicherheit zu einem Gott** für uns. Da ist kein Raum mehr, etwas zu wagen und sich auszustrecken, sondern wir empfinden nur noch unsere eigene Not und haben Angst.

Wir halten nach irgendeinem Hafen Ausschau, um aus diesem Sturm herauszukommen, egal was es kostet – selbst wenn es unsere inneren Überzeugungen kostet.

**21 mal** gebietet er uns, uns nicht zu fürchten. Keine Aufforderung gibt Jesus öfter als „Fürchte dich nicht“ oder „Fasse Mut“, noch nicht einmal „Liebe Gott und deinen Nächsten“ **8x**

### Einige Beispiele:

- Mt 10,31** Darum **habt keine Angst!** Ihr seid Gott mehr wert als ein ganzer Spatzenschwarm.
- Mt 9,2** Als Jesus ihren Glauben sah, sagte er zu dem Kranken: «**Habe keine Angst!** Deine Sünden sind dir vergeben.»
- Mt 6,25** Darum sage ich euch: **Sorgt euch nicht** um euren Lebensunterhalt, um Essen, Trinken und Kleidung. Leben bedeutet mehr als nur Essen und Trinken, und der Mensch ist mehr als seine Kleidung.
- Lk 8,50** Jesus hörte das und sagte zu dem Vater: «**Fürchte dich nicht!** Glaube nur, und deine Tochter wird gerettet!»
- Mt 14,27** Aber Jesus sprach sie sofort an: «Ich bin es doch! **Habt keine Angst!**»
- Lk 12,32** Du kleine Herde, **du brauchst keine Angst vor der Zukunft zu haben!** Denn dir will der Vater sein Königreich schenken.
- Joh 14,1** «**Seid ohne Sorge, und habt keine Angst!**» forderte Jesus seine Jünger auf. «Vertraut Gott, und vertraut mir!
- Joh 14,27** Auch wenn ich nicht bei euch bleibe, sollt ihr doch Frieden haben. Es ist mein Friede, den ich euch gebe; ein Friede, den sonst keiner geben kann. **Seid deshalb ohne Sorge und Furcht!**
- Mt 24,6** Wenn ihr von Kriegen und Unruhen hört, achtet darauf, **aber erschreckt nicht!** Das muss geschehen, doch es bedeutet noch nicht das Ende.
- Mt 17,7** Aber Jesus kam zu ihnen, berührte sie und sagte: «Steht auf! **Fürchtet euch nicht!**»

Angst ist an sich keine Sünde, aber sie kann uns zur Sünde führen. Angst erfüllt vielleicht diese Erde, aber sie muss nicht unser Herz erfüllen. Wenn Angst an deine Tür klopft, dann lass sie nicht herein.

- **Welcher Mensch ist das?**

**Mk 4,39-41** Sofort stand Jesus auf, bedrohte den Wind und rief in das Toben der See: «Sei still! Schweige!» Da legte sich der Sturm, und tiefe Stille breitete sich aus. «Warum hattet ihr solche Angst?» fragte Jesus seine Jünger, «habt ihr denn gar kein Vertrauen zu mir?» Voller Entsetzen flüsteren die Jünger einander zu: «**Was ist das für ein Mann!** Selbst Wind und Wellen gehorchen ihm!»

**Mk 4,40** Was seid ihr so furchtsam? Wie, habt ihr **keinen Glauben?** (**Schl**)

Geschichte des hinteren Schlafzimmers.

**Lk 8,25** «**Wo** ist denn euer Glaube?» wollte Jesus von ihnen wissen.