

# Hoffnungswort wider die Angst – Johannes 16, 33

„Wer sich nicht an die Vergangenheit erinnern kann, ist dazu verdammt, sie zu wiederholen.“ Diesen Satz des spanischen Philosophen George Santayana hat der damalige Bundespräsident Richard von Weizsäcker anlässlich des 40. Jahrestages der Beendigung des Krieges in Europa und der nationalsozialistischen Gewaltherrschaft leicht abgeändert wiederholt. In seiner berühmten Rede vom 8. Mai 1985 sagte er: „Wer aber vor der Vergangenheit die Augen verschließt, wird blind für die Gegenwart.“

„Wer sich nicht an die Vergangenheit erinnern kann, ist dazu verdammt, sie zu wiederholen.“ Das gilt auch für den durch nichts zu rechtfertigenden Angriffskrieg Russlands auf die Ukraine. Im Krieg wird es keine Sieger geben, sondern nur Verlierer. Und dieser Krieg macht Angst.

Im WDR und ARD wurde am Freitag (29.04.2022) eine Umfrage vorgestellt. Demnach sind 45% der Deutschen für schwere Waffenlieferungen in die Ukraine. Aber genauso viele – 45 % - sind gegen schwere Waffenlieferungen, weil sie befürchten, dass damit Deutschland in den Krieg hineingezogen wird.

*zuletzt aufgerufen 30.04.2022: [Deutschlandtrend: keine Mehrheit mehr für schwere Waffen \(msn.com\)](#)*

Deutschlands Zukunft liegt laut dem Kölner Rheingold Institut zwischen „No-Future-Modus und Gestaltungskraft im kleinen Kreis. Zwei Drittel der Deutschen blicken ängstlich auf die gesellschaftliche Zukunft. Mangelndes Vertrauen in Staat und Institutionen sowie die Angst vor gesellschaftlicher Spaltung forcieren den Rückzug in private Nischen. Es wächst aber auch die Bereitschaft, allein oder mit Gleichgesinnten für eine lebenswerte Zukunft tätig zu werden.“

*zuletzt aufgerufen 27.04.2022: [11022\\_Ergebnisse\\_Zukunftsstudie\\_final.pdf \(identity-foundation.de\)](#)*

„Laut einer Umfrage von Allensbach vom 1. Februar 2022 haben:

70 % Angst vor Preissteigerungen und der Inflation

66 % vor den wirtschaftlichen Auswirkungen der Corona-Krise

60 % dass wir die Corona-Pandemie nicht in den Griff bekommen

und jeweils 59 %, dass die Unterschiede zwischen Arm und Reich größer werden und Gewalt und Kriminalität zunehmen“

*zuletzt aufgerufen 27.04.2022: [Sicherheitsreport 2022 | glh - Sicherheitsreport PowerPoint-Präsentation \(sicherheitsreport.net\)](#)*

Bei dieser Umfrage ist der Angriffskrieg Russlands auf die Ukraine noch gar nicht berücksichtigt.

„Laut dem Meinungsforschungsinstitut Civey gaben 62 % von 80.000 befragten Deutschen an, Angst zu haben, dass Russland im Ukraine-Krieg Atomwaffen einsetzen könnte.“

*zuletzt aufgerufen 27.04.2022: [Ukraine-Krieg: So groß ist die Angst der Deutschen vor russischen Atomwaffen \(t-online.de\)](#)*

„Mehr als die Hälfte aller Bundesbürger (59%) gibt an, besorgt über die bereits jetzt in Deutschland zu beobachtenden Auswirkungen des Klimawandels zu sein.“

zuletzt aufgerufen 27.04.2022: [Geringes, aber wachsendes Vertrauen in deutsche Klimaschutzpolitik – Die Freie Meinung](#)

„Der russische Angriffskrieg auf die Ukraine, die Coronakrise und die daraus resultierende steigende Inflation – diese Faktoren drücken die Stimmung der Deutschen. Das hat auch Auswirkungen auf die Einschätzung, wie sich die finanzielle Situation im Rentenalter entwickeln wird.

zuletzt aufgerufen 27.04.2022: [Die Inflation wird Vorsorge-Sparen das Leben schwer machen - VersicherungsJournal Deutschland](#)

„Der Traum jüngerer Leute in Deutschland ist nicht mehr die Zukunft, sondern die Vergangenheit. Ein Leben in vergangenen Zeiten wäre attraktiver, finden 56 Prozent der Generation zwischen 18- bis 34 Jahren.

Auch bei älteren Generationen kommt die Nostalgie an. Befragte im Alter von 35 bis 54 Jahren favorisierten zu 66 Prozent die Vergangenheit. Bei den Älteren ab 55 Jahren sehnen sich laut der Umfrage nahezu konstant 68 Prozent zurück.

Auf die Frage, warum sie lieber in der Vergangenheit leben wollten, gibt es über alle Altersgruppen hinweg mehrere Gründe:

- früher sei der Zusammenhalt größer gewesen (42 Prozent)
- »weil es früher besser war« (35 Prozent)
- Es habe »mehr Sicherheit und Beständigkeit« gegeben (34 Prozent)
- Man war glücklicher (29 Prozent)
- es gab »weniger Kriege und Krisen« (23 Prozent)
- »Umweltbedingungen waren besser« (22 Prozent)
- »Angst vor der Zukunft« an (20 Prozent)

zuletzt aufgerufen 27.04.2022: [Viele junge Menschen würden lieber in der Vergangenheit leben - DER SPIEGEL](#)

Bereits 1982 brachte der Spiegel das Buch „Die Angst der Deutschen – Beobachtungen zur Bewusstseinslage der Nation“ auf den Markt. Vor 40 Jahren bestimmte noch der kalte Krieg die Außenpolitik. In Berlin stand noch die Mauer und die Umsetzung des Nato-Doppelbeschlusses mit der Aufstellung von Atomraketen auf dem Boden der BRD hing in der Luft.

In diese Situation hinein – als Helmut Schmidt noch Kanzler war - befragte das Emnid-Institut die Bundesdeutschen: „Kommt es vor, dass Sie vor irgendetwas Angst haben?“ und 54% der Befragten antworteten: „kommt vor!“

Damals war die Angst vor Alter, Krankheit und Tod auf Platz 1 (46%) und die Angst vor einem Krieg lag auf Platz 2 (42%). Nur 15% hatten damals Angst vor einer schlechteren Wirtschaftslage. Heute fürchten sich die meisten Bürger (70%) vor steigenden Preisen und vor einer schlechteren Wirtschaftslage (66%). An dritter Stelle steht die Sorge um die Endlosschleife der Pandemie (60%).

Bereits 1982 – vor 40 Jahren - schrieb Jürgen Leinemann: „Heute haben wir nur noch Angst. Große Angst und kleine Angst, auch Angst vor der Angst. Aber sonst gar nichts.

... Die deutsche Angst, die längst auch im Ausland das Bild der Bundesrepublik eingraut, ist anonym. Sie liegt in der Luft. Macht krank. „Sie höhlt den Menschen aus“. „Sie ist die Vorhalle des Nichts“.

...Einerseits: Läuft nicht wirklich alles ganz normal im Lande? Es wird regiert und gewählt, gereist und gefeiert wie eh. Gefeiert sogar mehr als sonst. Winzer-, Sommer-, Straßenfeste landauf, landab. Bürgerkrieg in Berlin? Bürgerfest in Bamberg. Das scheint eher die Grundstimmung der Nation. „Kein schöner Land in dieser Zeit“ singen sie.

Andererseits: Sie singen es sozusagen mit zusammengebißenen Zähnen. Die Arbeitslosigkeit wächst. Die Zahl der Bankrotte und Pleiten steigt. Der Staat ist verschuldet. Umweltzerstörung wird überall sichtbar. ... Die Frauen mucken auf. Die Jugend rebelliert oder steigt aus, oder funktioniert zu reibungslos, ist jedenfalls nicht in Ordnung. Nie wollten so viele Menschen auswandern. Nie seit Bestehen der Bundesrepublik nahmen sich so viele Deutsche das Leben. „Alles im Griff auf dem sinkenden Schiff“ ist auch ein populäres Lied.“

*© Jürgen Leinemann, Die Angst der Deutschen, Rowohlt Taschenbuch Verlag, Reinbek 1982, Seite 7 bis 8*

So viel zum Thema Nostalgie und dem Traum einer „heilen Vergangenheit“.

Kennen Sie dieses Gefühl, das auf einmal da ist – ohne Vorwarnung – und dann immer stärker wird, bis es uns völlig beherrscht und uns den Blick vernebelt hat? Angst!

Obwohl die Angst zwar etwas Unwirkliches und nichts Greifbares ist, kann sie einen doch so in Beschlag nehmen, dass die Realität vor unseren Augen verblasst und die unfassbare Angst realer als die fassbare Wirklichkeit für uns wird.

Wenn die Angst uns packt – ganz egal ob, es sich dabei um die Angst um den Arbeitsplatz, die Finanzen oder die eigene Gesundheit handelt – wir beginnen die Welt dann aus anderen Augen zu sehen. Dinge, die wir vorher spielend schafften, werden auf einmal zu einem Riesenproblem. Wir erkennen uns selbst nicht mehr. Wir werden unsicher, fühlen uns eingeeengt und ausgeliefert, ohnmächtig und hilflos. Wir schämen uns unserer Angst, versuchen sie zu verdrängen, zu überspielen, wegzudrücken, doch die Angst ist stärker.

Wenn wir der Angst die Tür geöffnet haben, übernimmt sie die Kontrolle und hält uns fest im Würgegriff und schnürt uns die Kehle zu. Jemand sagte einmal: „Nicht wir haben Angst, uns alle hat die Angst!“

Unter dem Stichwort „Angst“ kann man im Wörterbuch lesen: „Große Sorge, Unruhe, unbestimmtes, oft grundloses Gefühl des Bedrohtseins.“ Wenn man etwas tiefer gräbt, entdeckt man, dass dieser Begriff von dem Lateinischen „angustia“ stammt und so viel wie „Enge“ und „Bedrängnis“ bedeutet.

Angst ist eine Gefühlssache und eine ganz normale menschliche Reaktion auf etwas Bedrohliches. Dabei greift das Gefühl der Angst dem erwarteten Ereignis voraus und macht uns sozusagen mobil. Die Angst ist ein ganz natürlicher Trieb, eine Art Selbstschutz. Ohne sie würden wir ungeschützt in Gefahrensituationen hineinlaufen.

Die Angst kann uns zum Ansporn werden und zu höheren Leistungen befähigen; sie kann uns aber auch einengen und unsere Kräfte lähmen. Sie kann uns also motivieren und nach vorne treiben, oder aber behindern und in die Resignation führen.

Die Angst ruft auch körperlich ablesbare Reaktionen hervor: Schneller Puls, erhöhter Blutdruck, Appetitlosigkeit, Magendruck oder Schwindelgefühl.

Die Angst lässt den einen erbleichen und den anderen erröten, einer erleidet einen Schweißausbruch und ein anderer bekommt einen trockenen Mund.

Angst gehört zum Menschsein wie Essen oder Schlafen. Angst ist etwas ganz natürliches und normales. Jeder Mensch und auch jeder Christ hat Angst, solange er lebt. Und wie gesagt: Angst ist auch durchaus positiv und motivierende Kraft. Ein gesundes Maß an Angst weckt Kräfte, Entdeckungsfreude und spornt zu Leistungen an, oder mahnt zur Vorsicht. Und ohne Angst vor der Polizei und vor Strafe wäre man seines Lebens nicht mehr sicher.

Ich möchte mit Ihnen ein Wort Jesu bedenken, das uns dabei helfen kann, mit der Angst fertig zu werden: Johannes 16, Vers 33 (EÜ16): *Dies habe ich zu euch gesagt, damit ihr in mir Frieden habt. In der Welt seid ihr in Bedrängnis; aber habt Mut: Ich habe die Welt besiegt.*

Jesus Christus, der Gottes- und der Menschensohn gesteht uns unsere Angst zu. *In der Welt seid ihr in Bedrängnis.* In diesem Begriff (θλίψις = Drangsal, Bedrängnis, Trübsal) steckt das, was wir unter Angst verstehen: Einengung und Lähmung unseres Lebens. Jesus gesteht uns Menschen, auch uns Christen, die Angst zu: Ihr werdet in der Welt und in eurem Alltag eingeengt und bedrängt. Euer Leben ist von Angst gefüllt.

Dies ist ein vorösterliches Wort Jesu an seine Jünger. Johannes 16, Vers 33 (LU): *Dies habe ich mit euch geredet, damit ihr in mir Frieden habt. In der Welt habt ihr Angst; aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden.*

Es gehört mit zu den Abschiedsreden Jesu an seine Jünger, die wir in Johannes 14 bis 17 finden. Eingeleitet wird dieser Redeabschnitt durch die Fußwaschung, die mit der Ankündigung der Verleugnung an Petrus endet. Nach dem hohepriesterlichen Gebet Jesu für seine Jünger in Johannes 17 beginnt mit dem nächsten Kapitel der Leidensweg Jesu, der mit seinem Tod am Kreuz endet. Wir befinden uns mit diesem Hoffnungswort wider die Angst also am späten Gründonnerstagabend.

Drei Tage später lesen wir, Johannes 20, Vers 19 bis Vers 21 (HfA): *Am Abend desselben Tages hatten sich alle Jünger versammelt. Aus Angst vor den führenden Juden ließen sie die Türen fest*

verschlossen. Plötzlich kam Jesus zu ihnen. Er trat in ihre Mitte und grüßte sie: »Friede sei mit euch!« Dann zeigte er ihnen die Wunden in seinen Händen und an seiner Seite. Als die Jünger ihren Herrn sahen, freuten sie sich sehr.

Jesus sagte noch einmal: »Friede sei mit euch! Wie mich der Vater gesandt hat, so sende ich jetzt euch!«

Nach der Friedensansage und dem Zugeständnis der Angst finden wir die Jünger am Osterabend hinter von innen verschlossenen Türen wieder. Sie sitzen fest, und die Angst hat sie im Griff. Von wegen inneren Frieden und Gelassenheit. Sie haben sich verbarrikadiert. Die Angst hat sie eingesperrt: innerlich und äußerlich.

Bis Jesus selbst in ihre Mitte tritt und sein Schalom spricht. »Friede sei mit euch!« Jetzt schließt sich für die Jünger der Kreis, und Freude bricht sich Bahn. Ihr Herr lebt. Der Tod hat nicht das letzte Wort. Nach dem Hoffnungswort wider die Angst sind sie erst einmal in der Gründonnerstagnacht geflohen, Matthäus 26, Vers 56b (HfA): *Da ließen ihn alle seine Jünger im Stich und ergriffen die Flucht.*

Anzunehmen, dass sie jetzt schon den dritten Tag hier hinter verschlossenen Türen festsitzen und sich nicht mehr vor die Tür trauen. Sie müssen damit rechnen, dass längst nach ihnen gesucht wird. Sie fürchten die Nächsten zu sein, mit denen man kurzen Prozess macht. Schließlich waren sie drei Jahre mit dem Nazarener unterwegs, waren seine Jünger und engsten Vertrauten.

Ich finde es so befreiend, dass die Bibel uns keine Glaubenshelden präsentiert, sondern Angsthasen und Feiglinge. Da fühle ich mich gut aufgehoben und kann mich bei den Jüngern hinter den von innen verschlossenen Türen wiederfinden. Auch ich kenne Angst und Sorgen, schlaflose Nächte und das Gefühl von Ohnmacht und Ausgeliefertsein.

Mit Jesus wird nicht nur damals für die Elf alles anders. Mit Jesus kann auch für uns immer wieder alles anders werden. Die Angst muss nicht das letzte Wort behalten, wenn Jesus sein Schalom spricht. Ja, es gibt zurzeit viel zu viele schlechte Nachrichten: Corona-Endlosschleife, Klimakrise, Ukrainekrieg, Inflation und Preissteigerungen und die Angst, in diesen Krieg hineingezogen zu werden. Aber die Lösung kann weder der Rückzug ins Private noch die Glorifizierung der Vergangenheit sein, sondern nur das Schalom Jesu und seine Bevollmächtigung, Vers 21 bis 22a: (HfA): »Friede sei mit euch! Wie mich der Vater gesandt hat, so sende ich jetzt euch!« *Nach diesen Worten hauchte er sie an und sprach: »Empfangt den Heiligen Geist!«*

"Herr, wir wollen wissen, was du morgen tun wirst, und vergessen, was du gestern getan hast.

Weil uns das Vergangene entfällt, überfällt uns die Angst vor dem Kommenden.

Lässt du uns morgen allein, wenn du gestern bei uns gewesen bist?

Kannst du uns morgen versagen, was du uns gestern gegeben hast?

Willst du uns morgen fallen lassen, wenn du uns gestern gehalten hast?

Wenn wir uns erinnern, was du uns gestern Gutes getan hast,  
schwindet uns die Sorge um morgen.  
Denn du bist gestern, heute und morgen derselbe."

Amen.