

Wege aus der Angst

## **Predigt zum 19. Sonntag im Jahreskreis (Mt 14,22-33)**

Was machen Sie, wenn Sie Angst haben? Wenn Sie spüren: In meinem Körper stimmt was nicht. Ich müsste eigentlich zum Arzt gehen. Oder wenn Sie vor einer schwierigen Entscheidung stehen und nicht wissen: Was ist richtig, was ist falsch. Oder wenn Sie gegenüber einem anderen Menschen einen schweren Fehler eingestehen müssten und Ihnen ganz mulmig wird, wenn Sie daran denken.

Was machen Sie dann, wenn Sie solche Angst haben? Einfach ausblenden, die Sache wegschieben, sich ablenken – und sich vielleicht sogar zudröhnen, um zu vergessen? Einmal ehrlich: Würde es Ihnen da helfen, wenn Ihnen jemand sagt: Das wird schon wieder! Kopf hoch! Fürchte dich nicht!

Oder würden Sie sich denken: Du hast gut reden. Du hast doch keine Ahnung. Steck erst mal in meinen Schuhen!

Sie haben es sicher gemerkt: Das heutige Evangelium ist eine dramatische Angstgeschichte. Den Jüngern zieht es den Boden unter den Füßen weg. Der Sturm brüllt ihnen um die Ohren und wirft das Boot wie eine Nusschale hin und her. Sie schreien vor Angst und meinen, ein Gespenst zu sehen.

Und da hilft es ihnen keinen Deut, wenn sie hören: Fürchtet euch nicht! Habt doch Vertrauen! Ich bin's.

Alles gut gemeint, aber für verängstigte Menschen keine Hilfe.

Und da stellt unser Evangelium einen ganz anderen Umgang mit der Angst vor Augen.

Es ist Jesus selbst, der jetzt ganz andere Töne anschlägt: Komm! sagt er zu Petrus.

Trau dich. Mitten in den Sturm. Das heißt doch: Stell dich deiner Angst! Geh auf das zu, wovor du Angst hast: Geh zum Arzt, lass dich durchchecken. Stell dich den Fakten. Wäge bei Entscheidungen das Für und Wider ab. Nimm in einer Krise mit einem Menschen deinen ganzen Mut zusammen und such das ehrliche Gespräch.

Natürlich kann es dir dann gehen wie Petrus: Du traust dich – und dann brichst zu erst recht ein: Die befürchtete Diagnose stellt sich als Wahrheit heraus. Mit der getroffenen Entscheidung fühlst du dich nicht wohl. Dein Gespräch löst beim andern ein Erdbeben aus.

Aber die Verheißung unseres Evangeliums bleibt: Wenn du dazu den Mut hast, wenn du auf die Angst zugehst – und es noch schlimmer zu werden scheint. Unser Evangelium möchte dir sagen: Auch dir wird sich eine unsichtbare Hand entgegenstrecken und dich halten – wie den sinkenden Petrus.

*Pfarrer Stefan Mai*

### **Einleitung**

Mir ist neulich ein Cartoon zum heutigen Evangelium, dem Seewandel Jesu, in die Hände gefallen. Da beklagt sich der achtjährige Jesus, wie er gerade wieder übers Wasser geht, bei seiner Mutter: Mama ich möchte auch mal schwimmen können wie die anderen Jungs. Ein lustiger Cartoon. Aber hinter der Geschichte steckt eine existentielle Frage.

## **Fürbitten**

Guter Gott, oft werden wir von den Wellen des Lebens hin und her geworfen, und der Wind bläst uns ins Gesicht. Voll Vertrauen bitten wir: Strecke Deine Hand aus und sei ihnen Halt!

*A: Strecke Deine Hand aus und sei ihnen Halt!*

Für alle Menschen, die in Verzweiflung versinken:

Für alle Menschen, die vor den Anforderungen der Welt den Kopf in den Sand stecken:

Für alle Menschen, die vor ihren Problemen davonlaufen:

Für alle Menschen, die in ihrer Heimat um ein menschenwürdiges Leben kämpfen:

Für alle Menschen, die auf der Flucht sind vor Hunger und Krankheit, Verfolgung und Krieg:

Für alle Menschen, die das Vertrauen in andere verloren haben:

Für alle Menschen, die vom Schicksal gebeutelt sind und nicht mehr weiter wissen:

Für alle Kranken und Sterbenden: