

Matthäus 6, 25-34

Liebe Gemeinde!

Zwei Männer treffen sich. Der eine sieht sehr müde aus, hat schwarze Ringe unter den Augen und wirkt erschöpft. Sein Freund fragt ihn: "Was ist los mit dir? Bist du krank?" "Nein", sagt der andere, „aber ich kann nicht schlafen – ich zähle Schäfchen bis 5.000 - und bin morgens todmüde." Der Freund meint: "Bei mir ist es anders. Ich zähle bis drei und bin dann gleich weg." Der Schlaflose fragt zurück: "Und das funktioniert immer?" Und er bekommt zur Antwort: "Meistens! Und wenn nicht, zähle ich eben bis halb vier..."

Ihr Lieben, manchmal hilft es nicht einmal, bis halb vier zu zählen. Der Schlaf will sich einfach nicht einstellen, und das liegt nicht daran, dass man zu viel Kaffee getrunken oder einen aufregenden Film angeschaut hat. Was uns den Schlaf raubt, das sind die Sorgen. Nachts kommen die Gespenster und stellen sich vor dem Bett auf - und sie flüstern: „Du hast jede Menge Gründe, dir Sorgen zu machen.“ Und sie haben Erfolg damit – das Grübeln fängt an. Und wenn am Morgen jemand fragt: „Wie hast Du geschlafen?“, heißt die müde Antwort: „Schlecht - die Gespenster waren da.“

Wir sind eine besorgte Generation. Wir könnten lange Listen füllen mit allem, was uns Sorgen macht, und sie sind ja auch nicht unbegründet: die komplizierten Wahlergebnisse, das Kriegsgeschehen, die Preisentwicklung, die Klimakrise.

Die Sorgengespenster machen Folgendes: Sie zeigen uns Bilder von einer Zukunft, in der die Dinge schief gehen. Sie malen uns nie zuversichtliche Bilder, sondern sie infizieren unsere Seele mit einem Gift der Furcht: „Rechne mit dem Schlimmsten. Stell dich darauf ein, dass es böse endet.“

Die Sorgengeister geben keine Ruhe. Sie flüstern:

- Was wir aus dem Kind, das eben zur Schule gekommen ist? Wird es den Anforderungen gewachsen sein?

- Bist du sicher, dass deine Berufswahl die richtige war; dass du auf einem anderen Gebiet nicht viel erfolgreicher hättest werden können?
- Wie geht es mit meiner Gesundheit weiter? Wird sich ein Weg finden, die Schmerzen zu lindern?
- Werden wir mit unserem Geld auskommen, wenn die Preise weiter steigen?
- Werden wir als Gemeinde es schaffen, unsere Gebäude zu erhalten und unsere Dienste weiterzuführen?
- Wird der Fördermittelantrag für das nächste Bauvorhaben bewilligt, oder müssen wir das Projekt begraben?

Wir haben lange Listen, wir sind Experten im Sorgen - auch wir Christen. Jesus nennt uns Kleingläubige. Man könnte an unserem Umgang mit der Sorge nicht unbedingt ablesen, dass wir glaubende, vertrauensvolle Menschen sind, die mit der Realität Gottes rechnen. In der Sorge zeigt sich, dass wir Gott nicht wirklich vertrauen; dass wir Kleingläubige sind.

Ärzte sagen uns, dass übermäßiges Sorgen krank machen kann. Sorge tut nicht gut.

- Sorge macht zögerlich: ich entscheide mich lieber nicht, lege mich nicht fest, z.B. auf einen Partner, aus Sorge, er könnte ja der Falsche sein.
- Sorge macht ängstlich: wir werden übervorsichtig und misstrauisch. Wir fürchten, es könnte jemand etwas gegen uns im Schilde führen. Ich muss aufpassen und in Deckung bleiben.
- Sorge lähmt uns. Sie hat eine große Macht. Wir sagen zwar: „Ich *habe* gerade Sorgen.“ Angemessener wäre es wohl zu sagen: „Die Sorgen haben *mich*.“

Aber Jesus macht in seiner Bergpredigt ganz klar: Sorge ist nicht das, was Gott für uns will. Er sagt es mehrmals: „Sorgt Euch nicht.“ Und das ist kein Rat, sondern ein Gebot.

Sorgt Euch nicht – das klingt nach einem guten Plan. Er ist nur nicht besonders realistisch, oder? Ich kann mir jetzt ganz viel Mühe geben, mich nicht mehr zu sorgen. Sehr weit werde ich damit – nach aller Erfahrung, die ich mit mir selber habe – nicht kommen.

Jesus geht drei Schritte mit seinen Freunden, als er in der großen Predigt auf dem Berg über die Sorge spricht. Er sorgt für ihre Seele, indem er drei Dinge mit ihnen bespricht, drei Blickwinkel auf die Sorge. Jeder Schritt führt ein bisschen näher heran an das eigentliche Geheimnis, das hinter unseren Sorgen steckt – und ein Stück weiter heraus aus dem Einflussbereich der Sorgengeister.

Vorweg will ich noch eine Sache festhalten. Jesus redet über die Sorge zu Menschen der Antike, am Rand des römischen Reiches, in einer nicht gerade blühenden Landschaft, in einer abgehängten Region, würden wir heute sagen. Die Lebensverhältnisse damals waren ungleich schwerer als unsere heute. Die Menschen in der Nähe von Jesus waren überwiegend arm. Sie wussten oft nicht, wie sie den Lebensunterhalt am nächsten Tag bestreiten sollten. Wir hören, dass sie mit Krankheiten zu kämpfen hatten, gegen die kein Kraut gewachsen war. Sie waren ungebildet, konnten in der Mehrheit weder lesen noch schreiben. Die Römer legten ihnen harte Steuerlasten auf, die kaum zu tragen waren. Frauen und Kinder hatten kaum Rechte. Säuglinge überlebten oft das erste Lebensjahr nicht. Und die Lebenserwartung lag bei 30 Jahren.

Die Umstände damals waren komplizierter als bei uns. Uns geht es unvergleichlich besser. Aber führt das nun etwa dazu, dass der Sorgenpegel heute niedriger ist als zu den Zeiten von Jesus? Keineswegs! Er steigt eher noch an. Studien zeigen, dass wir immer besorgter werden.

Und daraus lernen wir eines, vielleicht schon das Wichtigste: Wir liegen falsch, wenn wir glauben, dass komfortablere Umstände – mehr Geld, eine stabilere Gesundheit, bessere soziale Systeme, eine sicherere Umgebung – uns von der Sorge heilen würden. Wir liegen falsch, wenn wir glauben: ein Mehr an Wohlstand und Sicherheit würde unser Herz frei und leicht machen. Nein, bessere Umstände werden uns niemals zu einem sorgenfreien Leben verhelfen. Wir finden immer neue Gründe uns zu sorgen, obwohl es uns besser geht als je einer Generation vor uns. Aber was kann dann helfen?

Jesus, der Arzt unserer Herzen, versucht, uns in drei Schritten von der Sorge wegzulocken.

Erster Schritt: Er sagt: Geht doch mal wieder nach draußen vor die Tür und schaut genau hin!

Seht Euch die Vögel an, die Störche und Reiher, die über Euer Land ziehen. Sie arbeiten nicht. Sie bestellen keinen Acker. Es ist völlig in Ordnung, wenn ihr sät und erntet, aber sie tun es nicht, und doch überleben sie. Der Vater im Himmel versorgt sie!

Und dann guckt Euch die Blumen an. Sie arbeiten nicht. Sie weben und spinnen nicht. Sie sind den ganzen Tag damit beschäftigt, ihre Schönheit zu zeigen. Für sie wird gesorgt. Es ist völlig in Ordnung, wenn ihr webt und spinnt, aber sie tun es nicht. Der Vater im Himmel kleidet sie.

Und bitte macht Euch bewusst: Ihr seid in Vaters Augen ungleich wichtiger und wertvoller als die Vögel am Himmel und die Blumen auf der Erde. Schaut also hin und dann sprecht zu eurem Herzen: So sorgt der Vater auch für mich!

Manchmal kann man es dann direkt erleben: Als vor fünf Jahren die Stelle unserer Gemeindepädagogin frei wurde, war die Sorge groß: Wie wird es weitergehen mit der Kinderarbeit? Wer kümmert sich um die Junge Gemeinde? Wird das alles jetzt absterben? Wir hatten keinen Plan und konnten nur beten. Und dann hat es sich so gefügt, dass wir am gleichen Tag, an dem wir die bisherige Mitarbeiterin verabschieden mussten, die neue in ihr Amt einführen konnten. Ein nahtloser Übergang, keine Unterbrechung – besser hätte es nicht laufen können. Die Sorgen lösten sich in Luft auf. Aber vorher waren wir kleingläubig.

Das wäre schon mal eine erste Medizin gegen das Sorgen: Geh nach draußen in die Natur und schau Dir an, wie Gott für alles sorgt. Betrachte es, lass es in Dein Herz eindringen.

Heute zum Erntedankfest haben wir ja ein Stück Natur in die Kirche geholt – als Anschauungsunterricht für Sorgenkinder. Die Gaben, die gespendet wurden, sagen uns: Der Vater im Himmel weiß, was wir brauchen. Er versorgt uns nicht nur so, dass wir selbst genug haben, sondern wir können sogar noch abgeben, ohne dabei ärmer zu werden.

Nun weiß jeder, der mit wachen Augen die Natur betrachtet: Dieses idyllische Bild stimmt nur zum Teil. Jeder brennende

Wald, jeder überschwemmte Acker, jede zubetonierte Fläche, jeder vergiftete Fluss und jeder gestrandete Wal widerspricht dieser schönen Rede. Es gibt sie - diese großzügige Fürsorge des Schöpfers, aber es gibt da draußen auch Zerstörung und Unheil. So einfach ist es also nicht.

Was also tut Jesus, der Arzt unserer Herzen, noch, um uns von der Sorge wegzulocken?

Zweitens: Er sagt uns, wir sollen ein bisschen besser nachdenken.

Manchmal ist es unser Problem, dass wir dummes Zeug denken. Wir bilden uns ein, dass wir die Kontrolle über unser Schicksal gewinnen können; dass wir nur vorsichtig und vorsorglich genug sein müssen, um mögliche Gefahren abzuwehren.

Denkt doch mal nach, sagt Jesus, ob Euer Sorgen wirklich Sinn ergibt: „Könnt Ihr Euer Leben nach Belieben verlängern? Habt Ihr darauf Einfluss? Habt Ihr die Kontrolle über Eure Gesundheit? Nur sehr begrenzt! Und könnt Ihr die Weltpolitik, die Weltwirtschaft und das Weltklima nach Euren Wünschen verändern? Keine Chance!“

Und auch im Blick auf das Geschehen in unserer unmittelbaren Umgebung haben wir nicht so viel Kontrolle, wie wir meinen: das Geschick unserer Kinder, die Gesundheit unserer Liebsten, und auch unsere eigene Lebenszeit liegt nicht in unserer Hand. Wir haben wenig Einfluss auf die Dinge, die unsere Sorgenliste füllen.

Jesus deckt auf, dass es ein Denkfehler ist zu meinen, wir müssten nur mehr Vorsicht walten lassen und die Zäune höher ziehen, um ein Höchstmaß an Sicherheit und damit Sorgenfreiheit zu gewinnen. Ihr irrt Euch, wenn Ihr denkt, Ihr hättet alles im Griff, sagt Jesus.

Viel schlauer ist es, sich auf das zu konzentrieren, was wir wirklich beeinflussen können. Jesus sagt: Denkt nicht immer schon an morgen und übermorgen und nächste Woche, sondern erst einmal an das Naheliegende – an heute. „Darum sorgt nicht für morgen, denn der morgige Tag wird für das Seine sorgen.“

Jeder Tag hat seine eigenen Probleme und Chancen. Kümmert Euch um die Aufgaben, die der heutige Tag für Euch bereithält. Tut, was Euch möglich ist – und abends dankt für das Gelungene, und gebt ab, was unfertig blieb oder misslang. Und dann legt alles, Euch selbst, Eure Arbeit, Eure Lieben, Eure Sorgen, in die Hand des Vaters. Und morgen wiederholt Ihr das. Und übermorgen aufs Neue.

Mir hilft es, wenn ich manchmal keinen Schimmer habe, wie ich alles schaffen soll, was auf dem Schreibtisch liegt und im E-Mail-Postfach ankommt – dann zu sagen: „Dieser Tag, diese Aufgabe ist genug - mehr geht heute nicht. Und ich nehme die unerledigten Dinge nicht mit in die Nacht. Morgen sieht es dann wieder anders aus.“ Das hilft.

Aber damit sind die Sorgengespenster wahrscheinlich immer noch nicht zum Schweigen gebracht. Was tut Jesus, der Arzt unserer Herzen, noch, um uns von der Sorge wegzulocken? Das ist sein dritter Schritt: Er sagt uns, wir sollen unser Leben aus der Hand geben. Sucht zuerst das Reich Gottes - nicht das eigene Glück, nicht die umfassende Sicherheit. Sucht Gottes Reich, dann wird euch alles andere zufallen!

Damit kommt Jesus zum Kern der Sache. Die eine entscheidende Frage ist: „Wofür schlägt Euer Herz? Worauf ist es ausgerichtet?“ Es geht Jesus immer um unser Herz – immer.

Ihr Lieben, die Sorge wird nur dann aufhören, unser Herz zu quälen, wenn etwas anderes, etwas Stärkeres an ihre Stelle tritt. Dann muss sie das Feld räumen. Dieser andere, dieser Stärkere kann nur der lebendige Gott sein - der, den Jesus nicht müde wird, Vater zu nennen.

Trachtet zuerst nach Gottes Reich, das bedeutet: Legt Euer Leben in die Hand Gottes, und dann fragt an jedem einzelnen Tag, den Gott kommen und gehen lässt: „Was hast Du heute für mich im Sinn? Wohin willst du mich leiten? Welche Tür öffnest Du, welche schließt Du? Und was kann ich heute tun? Womit kann ich dir heute eine Freude machen?“

Nun kommt hier eine der schweren Lektionen in der Schule des Glaubens ins Spiel - nämlich die Erfahrung, dass der Sieg über die Sorgengeister nicht für eine lange Zeit im Voraus wirkt.

Jeder Tag hat seine eigene Plage – also bleibt uns nur, unser Leben jeden Tag aufs Neue in die Hand des Vaters im Himmel zu legen. Das reicht für heute – nicht für die nächsten zehn Jahre, aber für heute.

Das heißt jetzt nicht, dass Du Deine Lebensversicherung auflösen und Deine nächsten Vorsorgetermine absagen sollst. Jesus spricht sich nicht gegen freundliche Fürsorge und vernünftige Vorsorge aus. Das ist nicht die Ebene, auf der die Entscheidung fällt. Die fällt tief in Eurem Inneren – in Euren Herzen. Deshalb: Trachtet zuerst nach Gottes Reich. Dann klärt sich alles andere.

Wird dann alles gut? Gelingen dann alle meine Vorhaben? Verwandelt sich mein Leben dann in eine Kette von Erfolgen, Bewahrungen, Geschenken und wunderschönen Sonnenuntergängen?

„Nein“, sagt Jesus, „so ist es nicht, jedenfalls nicht in diesem Leben. Aber Du wirst geborgen sein. Du wirst Frieden im Herzen haben. Du darfst Dich freuen an dem, was in Deinem Garten wächst, Du darfst genießen, was Du in Deinem Kühlschrank und auf Deinem Tisch vorfindest. Vieles wird Dir gelingen, und manchmal wirst Du Niederlagen einstecken müssen, aber Du wirst nicht untergehen.

Es gibt über allem eine durchlaufende Linie, eine Konstante: Nichts kann Dich aus meiner Hand reißen. Nichts kann Dich trennen von der Liebe Gottes.“

Also, am Ende der dritte Schritt im Kampf gegen die Sorgengeister: Die Botschaft heißt nicht: Gib Dir mehr Mühe, Dich nicht so oft zu sorgen. Die Botschaft heißt: „Immer wenn die Sorge nach Dir greift, leg Dein Leben wieder neu in die Hand Deines Vaters im Himmel. Trachte danach, ihm nahe zu sein und in seiner Spur zu bleiben. Nimm Dir vor, ihm Ehre zu machen mit allem, was Du sagst und tust. Lass Dich leiten von dem, was er mit Dir und für Dich vorhat. Er sorgt für Dich. Er hält Dich. Und er bringt dich heil ans Ziel – in sein ewiges Reich, aus dem die Sorge komplett ausgeschlossen ist.“

Und wenn Du vor lauter Sorge wieder einmal nicht einschlafen kannst, dann versuch es mal damit, nicht Schäfchen zu zählen, sondern Psalmen. Davon gibt es 150, aber Du kannst schon bei Psalm vier stehenbleiben. Da findest Du ein Abendgebet,

und da heißt es im letzten Vers: „Ich liege und schlafe ganz mit Frieden, denn allein du, Herr, hilfst mir, dass ich sicher wohne.“

Amen

EG 369, 1-2