

Gnade sei mit Euch von Gott unserem Vater und unserem Herrn Jesus Christus. Amen.  
Der Predigttext für den heutigen Gottesdienst ist Psalm 124.

*1 Von David, ein Wallfahrtslied.*

*Wäre der HERR nicht bei uns – so sage Israel –,*

*2 wäre der HERR nicht bei uns, wenn Menschen wider uns aufstehen,*

*3 so verschlängen sie uns lebendig, wenn ihr Zorn über uns entbrennt;*

*4 so ersäufte uns Wasser, Ströme gingen über unsre Seele,*

*5 es gingen Wasser allzu hoch über unsre Seele.*

*6 Gelobt sei der HERR, dass er uns nicht gibt zum Raub in ihre Zähne!*

*7 Unsre Seele ist entronnen wie ein Vogel / dem Netze des Vogelfängers; das Netz ist zerrissen,  
und wir sind frei.*

*8 Unsre Hilfe steht im Namen des HERRN, der Himmel und Erde gemacht hat.*

Wer,  
liebe Gemeinde,  
wer ist eigentlich der größte Feind der Freiheit?  
Der größte Feind der Freiheit ist wohl – die Angst.

Die Angst macht der Freiheit das Leben schwer.  
Die Angst verführt die Freiheit dazu, sich zurückzuziehen.  
Die Angst untersagt der Freiheit, Ansprüche zu stellen.

Der größte Feind der Freiheit ist wohl die Angst.  
Wenn wir heute, 35 Jahre nach Öffnung der Berliner Mauer,  
wenn wir heute über „Freiheit“ nachdenken, dann müssen wir auch über unsere Ängste nach-  
denken.  
Wenn wir über Freiheit sprechen wollen, dann müssen wir über unsere Ängste  
sprechen.  
Wenn wir von der Freiheit erzählen wollen, dann müssen wir uns von unseren Ängsten erzählen,  
müssen reden von unseren schweren Erfahrungen,  
müssen sprechen von den Zeiten, in denen wir uns unfassbar bedroht gefühlt haben,  
eingeengt bis zum Ersticken,  
schwankend, als ob kein Boden unter den Füßen wäre.  
Wenn wir erahnen wollen, wie ein Leben in Freiheit aussehen könnte,  
dann müssen wir die Erinnerung an solche Tage teilen, in denen uns Sorgen den Schlaf geraubt  
haben,  
wo das Zittern im Körper nicht aufgehört hat,  
wo uns dunkle Gefühle wie Wasser, ja wie ein Strom zu überfluten drohten,  
als wir beinahe lebendig verschlungen worden wären, vom Bösen und Bedrohlichen,  
gefangen saßen wie in einer Vogelfalle.  
So der Beter des Psalms.

Wenn wir verstehen wollen, was Freiheit ist,  
müssen wir von unseren Ängsten sprechen.  
Denn die Angst ist wohl der größte Feind der Freiheit.

Da wird ein Mensch, den wir sehr lieben und ohne den wir nicht sein wollen,  
krank,  
er leidet so furchtbar,  
die Schmerzen sind schier unerträglich und die Aussichten so unsicher.  
Wir machen uns schlimme Sorgen,  
spüren in jedem Knochen die Angst vor dem Verlust und dem Alleinsein.  
Morgens können wir kaum aufstehen,  
so gelähmt sind wir.

Von Freiheit kann keine Rede sein.  
Da ist nur noch Angst.  
Die Angst ist der größte Feind der Freiheit.  
Da riecht es am Arbeitsplatz und in der Firma in jeder Ecke nach Angst.  
Die Stimmung unter den Kollegen ist kalt.  
Manche pflegen einen herrischen, manche einen aggressiven Ton.  
Wollen die Regeln setzen, koste es, was es wolle.  
Zu viele ziehen das Genick ein, versuchen sich unsichtbar zu machen.  
Schwimmen mit, machen mit.  
Vor allem, seit von Kündigungen und von „Krise der Wirtschaft“ die Rede ist.  
Wie soll man hier zurechtkommen?  
Wie sich schützen?  
Wo kann man sich hier mit den eigenen Ideen einbringen, etwas gestalten, voranbringen?  
Und was, wenn man selbst zu denen gehört, die als verzichtbar gelten?

Von Freiheit kann keine Rede sein.  
Da ist nur noch Angst.  
Die Angst ist der größte Feind der Freiheit.

Da geraten ganze Landstriche in den Sog der Angst.  
Keine Arbeitsplätze.  
Keine jungen Menschen.  
Wer will da wohnen?  
Alle gehen weg.  
Kein Bus, kein Arzt, kein Bäcker.  
Die Kirche haben sie schon lange dichtgemacht.  
Wie soll das werden, im Alter?  
Wenn keiner mehr da ist?  
Oder: Wenn ich nach der Schule eigentlich doch ganz gerne hierbleiben würde, weil es mein Zuhause ist – wo soll ich Arbeit finden? Und Freunde?  
Sind wir hier nicht einfach nur abgehängt?  
Wer interessiert sich eigentlich für uns und unsere Sorgen?  
Wer kümmert sich darum, dass es hier weitergeht?  
War nicht früher alles besser?  
Oder wenigstens nicht alles schlecht?

Von Freiheit kann keine Rede sein.  
Da ist nur noch Angst.

Die Angst ist der größte Feind der Freiheit.

Wenn wir verstehen wollen, was Freiheit ist,  
müssen wir von unseren Ängsten sprechen.

Warum aber ist das eigentlich so, liebe Gemeinde?

Bisher habe ich das ja nur behauptet.

Warum müssen wir von unseren Ängsten sprechen, wenn wir die Freiheit verstehen wollen?

Warum müssen wir Angstgeschichten erzählen, um Freiheitsgeschichten zu entdecken?

Ich denke, es gibt zwei Gründe.

Vielleicht fallen Ihnen noch mehr ein, darüber können wir nachher gerne ins Gespräch kommen.

Aber ich schlage einmal zwei Gründe vor, warum wir von unseren Ängsten reden müssen, um zu verstehen, was Freiheit ist.

Erstens: Weil Ängste uns mit unseren Grenzen konfrontieren.

Zweitens: Weil eben diese Grenzen sich zu Übergänge in offene Räume verwandeln können, in Freiheitsräume.

Beginnen wir mit dem ersten.

Wir müssen von unseren Ängsten sprechen, wenn wir die Freiheit verstehen wollen, weil Ängste uns unsere Grenzen zeigen.

Angst entsteht doch immer dort, wo und wann wir uns bedroht fühlen und wo wir nicht mehr wissen, was wir tun können.

Angst heißt: Ich habe keine Handlungsoptionen mehr.

Ich kann nichts mehr machen.

Ich hänge fest, wie ein Vogel in einem Netz.

Bewegungsunfähig.

Existenziell bedroht.

Denn hier, in dieser Bedrohung, geht es um mich.

Um mich als Person.

Hier ist all das angefochten, was mich als Menschen ausmacht.

Meine Würde,

meine Achtung vor mir selbst,

meine Lebendigkeit.

Ich bin krank – wie wird es enden? In qualvollen Schmerzen? Im Tod?

Meine Liebe ist krank – wie wird es enden? In Einsamkeit? In endlosem Weinen?

Ich leide am Arbeitsplatz – wie wird es enden? Im Burnout? In innerer Verhärtung?

Menschen verlieren die Zuversicht, dass sie gesehen und ernstgenommen werden – wie wird das enden? Im Zerfall? Im Radikalen? In Verwüstung?

Ängste konfrontieren uns mit unseren Grenzen.

Darauf aber kann man ja ganz verschieden reagieren.

Man kann im Angesicht von Grenzen den Rückzug antreten.

Den Rückzug zu sich selbst und in sich selbst.

Man schottet sich ab.

Versucht die Bedrohung zu verdrängen.

Bloß nicht hinschauen.

Was ich nicht anschau, verschwindet vielleicht auch irgendwann.  
Und dann kann alles so bleiben, wie wir uns einbilden, dass es einmal war.  
Sich zurückzuziehen bedeutet ja immer auch, sich auf das zu verlassen, was man kennt,  
dort zu bleiben, wo man sich auskennt,  
mit sich selbst und seiner eigenen Geschichte, im scheinbar Bewährten.  
Im Rückblick erscheint Manches oft ja milder als es seinerzeit war.  
Im Angesicht von Grenzen kann man den Rückzug antreten.

Man kann aber auch den Motor anwerfen, Vorwärtsgang einstellen und die Lautstärke hochfahren.

Lautstark demonstriert man:

ICH weiß, was zu tun ist.

MIR fällt immer was ein.

ICH bin so stark, dass ich diese schwere Situation ganz entspannt bewältige.

MICH haut so schnell nichts um.

ICH bin so laut, dass noch jede Bedrohung sich erschrocken die Ohren zu hält und abhaut.

Und – eigentlich: ICH bin einfach zu gut, um ängstlich zu sein.

Man schiebt ein Helden-Ich ins Bild.

Aus Angst wird Narzissmus.

Rückzug und Lautstärke – das scheinen gegenwärtig die Mittel der Wahl zu sein, um mit wirklich berechtigten Ängsten angesichts persönlicher und globaler Krisen umzugehen.

Die einen ziehen sich zurück,

die andere drehen den Ton auf,

manche machen auch beides gleichzeitig.

Das ist das Anstrengendste.

Das Problem aber ist:

Rückzug und Lautstärke, beide zielen auf Verdrängung.

Um im Bild des gefangenen Vogels im Netz zu bleiben:

Wer sich zurückzieht, der zieht sich in die Grenzen des Netzes zurück und verwechselt womöglich irgendwann das Fest-Hängen im Netz mit dem freien Flug.

Wer lautstark mit den Flügeln flattert, versucht womöglich das Netz zu ignorieren oder es mit eigener Kraft zu zerstören.

Wo aber die Angst verdrängt wird, droht sie umso mächtiger zu werden.

Weil sie sich im Unbewussten häuslich einrichtet.

Inkognito zur Untermiete wohnt.

Und dann ihr schädliches Gift verströmt und alles verdirbt.

Rückzug und Lautstärke sind zwar beliebt, aber nicht unbedingt hilfreich.

Der Beter des Psalms schlägt einen anderen Weg vor.

Er plädiert für Demut.

Also dafür, die eigenen Grenzen, die man in der Angst und Bedrohung erkennt, zu akzeptieren.

Sich der Angst zu stellen.

Sie zu benennen.

Davon zu erzählen, wie sich die Angst in unseren Geschichten heruntreibt.

Der ganze Anfang des Psalms macht nichts anderes als zu erzählen, zu erinnern und zurückzublicken, in die eigene Angstgeschichte.

Und dabei demütig zu werden.

Weil die Rettung aus der Angst von außen kommt.

Und nur von außen kommen kann.

Dort, wo es um mich geht,

wo ich in meiner Person angefochten bin,

in meiner Würde,

in meiner Achtung vor mir selbst,

in meiner Lebendigkeit,

dort, wo dies alles bedroht ist, kann die Rettung nur von außen kommen.

Denn die Rettung übersteigt immer die eigenen Kräfte.

Auch die der größten und lautstärksten Helden.

Aus der Angst kann man nur von außen erlöst werden.

Jemand anderes muss das Netz öffnen.

Dort aber, wo wir uns an unsere Angstgeschichten erinnern,

wo wir von unseren begrenzten Möglichkeiten erzählen und so als Menschen erkennbar werden,

dort finden wir – das gebe Gott – immer wieder solche Erfahrungen der Befreiung,

erkennen Möglichkeiten, die uns zugespielt wurden,

die uns geschenkt und gewährt wurden,

die uns aufgerichtet haben,

hochgezogen haben.

Das Netz wurde zerrissen.

Wir waren frei.

Wir konnten fliegen,

wenigstens bis zum nächsten Ast.

Eine Pause, und dann ging es weiter.

Bis zum nächsten Ast und dann zum nächsten.

Nein, kein Flug der Superhelden,

sondern ein Wiegen im Wind,

ein Getragen-Wissen.

So wie es Jesus von Nazareth verheißen hat:

*In der Welt habt ihr Angst, aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden.*

Und HEUTE, HEUTE ist der Tag da, an dem ihr dies spüren und erfahren könnt.

*Heute ist der Geist des Herrn da, zu predigen den Gefangenen, dass sie frei sein sollen [...] und die Zerschlagenen zu entlassen in die Freiheit.*

Heute.

Jetzt.

Nicht immer und für alle Tage.

Die Angst wird der Freiheit treu bleiben.

Nicht immer ist die Freiheit völlig angstfrei.

Aber heute, für diesen einen Moment können wir die Freiheit spüren.

Man muss Freiheit ja nicht immer auf das große Ganze denken, nach dem Motto: Wenn nicht alles, dann besser nichts.

Ein freier Flug, zum nächsten Ast, das ist schon viel.

Heute dem Netz der Angst entronnen.  
*„Eine Bannmeile schöner frischer Wald  
Mit Kuckucken Holztauben und Rotbrüstchen  
Habe ich um mich gelegt: unempfindlich  
Geh ich im Wind, und der trägt  
Nicht einen Seufzer mir zu.“*

Sarah Kirsch, 1977 aus der DDR ausgereist.  
Heute – keine Angst,  
heute – frei wie im Wind,  
heute – nicht einen Seufzer.

Und so, liebe Gemeinde,  
sind wir ganz wie von selbst schon mitten im Nachdenken über den zweiten Grund, warum wir  
von unseren Ängsten sprechen sollten, wenn wir von Freiheit sprechen wollen.  
Weil diese Grenzen sich zu Übergängen in offene Räume verwandeln können, in Freiheitsräume.  
Frei zu sein heißt eben nicht angstfrei zu sein.  
Frei zu sein heißt, Möglichkeiten gewährt zu bekommen, angesichts und trotz eigener Grenzen.  
Wer frei ist, entdeckt mitten in den Ängsten Freiheitsräume,  
trotz der Ängste Flugoptionen,  
wider die Ängste Zuversicht.  
*Das Netz wurde zerrissen und wir sind frei.*

Ja,  
es ist angsteinflößend, wenn eine Liebe erkrankt und stirbt.  
Zurückzubleiben ist oft ein Alptraum.  
Man hängt fest im Netz der Erinnerungen.  
Aber dann leuchtet eine Gewissheit auf, die um die Ewigkeit der Liebe weiß,  
nur für einen Moment,  
und dann für noch einen und noch einen und noch einen.  
Und gerade da lädt die Nachbarin, mit der man schon immer mal Plaudern wollte, zum Teetrin-  
ken ein und auf dem Klassentreffen verabredet man sich zu einem Ausflug auf den Weihnachts-  
markt.  
Und der Glühwein, der riecht, wie nur Freiheit riechen kann.

Ja,  
es ist angsteinflößend, wenn der Arbeitsplatz zur Kampfzone wird,  
wenn man festhängt in einem Netz von Abfälligkeiten und Arroganz.  
Aber dann bricht sich doch eine Veränderung Bahn.  
Neue Kollegen kommen.  
Sie lassen sich nicht einschüchtern.  
Sie sind klar und bleiben ruhig.  
Sie zeigen: Jeder ist hier wichtig.  
Gemeinsam stellen wir uns den Veränderungen, die schon seit Jahrzehnten überflüssig sind.  
Jeder bringt einen Beitrag und jeder trägt einen Beitrag, so wie er oder sie kann.  
Und dieser frische Wind, das fühlt sich an wie der Flug eines freigelassenen Vogels.

Und Ja,  
es ist wirklich sehr angsteinflößend, wenn ganze Landstriche und Länder sich als abgehängt ver-  
stehen und den lautstarken Rückzug in scheinbar heile, weil eindeutige Welten wählen und dafür  
bereit sind, gewonnene Freiheiten wieder zurückzugeben.  
Aber dann stellen wir das Bild scharf und entdecken Nuancen:  
Die Welt besteht nicht nur aus Frustrierten, aus Rückzugswilligen und Lautstarken.  
So viele Menschen engagieren sich,  
machen nicht mit bei der Schwarzmalerei und Schlechtredei,  
sondern kümmern sich, auch dort, wo keiner hinget,  
bemühen sich, niemanden zu übersehen,  
wertschätzen auch das, was ihnen selbst völlig fremd ist,  
hören zu, auch dort, wo es kaum erträglich ist,  
schaffen Räume für Angstgeschichten, fürs Erzählen, fürs Beisammenbleiben, und sie geben den  
Gedanken an eine bessere, an eine andere Welt nicht auf.  
Und all das tun sie in einer großen inneren Freiheit und mit einer ganz und gar uneitlen Gelassen-  
heit.

Die Angst,  
liebe Gemeinde,  
die Angst ist wohl der größte Feind der Freiheit.  
Aber sie wird sie nicht besiegen können.  
Das ist Hoffnung des christlichen Glaubens.  
Und so ist der Glaube ein Ort, an dem wir uns unseren Ängsten stellen können.  
Der Glaube erzählt eben nicht nur Freiheitsgeschichten, sondern auch Angstgeschichten.  
Denn dort, wo wir in unseren Angstgeschichten mit unseren Grenzen konfrontiert werden, dort  
erkennen wir in aller Demut:  
Ein anderer, Gott selbst, gewährt und bewahrt uns Freiheit.  
Er verwandelte unsere Angst-Grenzen in Übergänge,  
in Übergänge zu offenen Räumen, zu Freiheitsräume.  
Dass diese gefährdet sind und bleiben, – auch daran erinnern wir heute,  
35 Jahre nach dem Öffnen der Berliner Mauer, und nach einer Woche, die uns gezeigt hat, wie  
eng Angst und Freiheit beieinander wohnen.

Gott stärke in uns allen die Hoffnung,  
dass die Freiheit stärker ist als die Angst.  
Denn *unsre Seele ist entronnen wie ein Vogel / dem Netze des Vogelfängers; das Netz ist zerris-  
sen, und wir sind frei.*  
Amen

Sarah Kirsch, Wiepersdorf, in: Dies., Sämtliche Gedichte, München (2005) 2013, 137-142, hier  
138.