

## *Erfülle uns mit aller Gnade und allem Segen des Himmels*

Jesus spricht: Ich bin das Licht der Welt. Das Denken an Ihn mag jeder und jedem im Dunkel dieser Zeit helfen.

Es sind zum einen strahlende Tage, was den Sonnenschein betrifft. Dieselben Tage sind aber verdüstert. Die Zahl der mit Sars-CoV-2 Infizierten explodiert. Unser reiches Land ist plötzlich arm: Arm an Atemschutzmasken, arm an ausreichenden Testkapazitäten, arm an genügend Beatmungsgeräten, arm an Intensivbetten.

Wer hätte gedacht, dass im Reichtum so schnell Armut erfahren wird? Schnell ist es düster geworden.

Manche sind zwar noch sehr unbeschwert, bei anderen ist das Bedrohliche schon im Gemüt und im Herzen.

Es ist gut, sich seine Ängste bewusst zu machen.

Mir ist es passiert, dass ich in der Nacht aufwache, huste und denke: Bin ich denn todgeweiht? (Übrigens: Ich habe in keinem Winter so wenig geschnupft und gerotzt wie in dem heurigen.)

Ich gehöre nicht zu den Helden, die mutig verkünden: Mir macht es nichts, wenn ich krank werde, nur um die anderen mache ich mir Sorgen. Ich wünsche mir, dass ich nicht krank werde, so wie ich mir wünsche, dass alle anderen auch gesund bleiben.

Im letzten Sonntagsevangelium hat Jesus einen Blindgeborenen das Augenlicht geschenkt. Ich bin in den Momenten der Ängstlichkeit, des Düsteren und Bedrohlichen froh, wenn mir die Augen des Herzen aufgehen für das göttliche Licht, das der Finsternis Einhalt gebietet. Wenn ich die Worte aus dem

Hochgebet wiederhole: *Erfülle uns mit aller Gnade und allem Segen des Himmels*, dann hilft mir das, ruhig und gelassen zu sein.

Wenn ich bei den Schülerbeichten spüre, dass ein Kind nervös ist, dann sage ich manchmal: Ich verrate dir jetzt ein Geheimrezept, was ich mache, wenn ich Angst habe. Schließe deine Augen und mache ganz bewusst und langsam das Kreuzzeichen und sag: Jesus, Du bist jetzt da, und Du bist stärker als alles, was mich bedroht, und stärker als alles, was mir Angst macht. Du bist der Starke und Du bist bei mir und für mich da. Darauf vertraue ich und darum brauche ich keine Angst haben.

Kinder haben mir gesagt, dass es hilft.

Ich wünsche Ihnen, mit ihrer Angst so umzugehen, dass sie nicht zu Panik, Aggression oder Verzweiflung führt, sondern dass die in der Angst zerstörerisch wuchernde Energie umgelenkt wird, um diese Tage mit Ernst, aber hoffnungsvoll und zuversichtlich zu gestalten.

Gott ist uns Zuflucht und Stärke,  
ein bewährter Helfer in dieser Not.

Darum fürchten wir uns nicht, wenn die Erde auch wackelt;  
wenn gewohnte Sicherheiten wegbrechen,  
wenn die Angst um die Gesundheit uns schlaflos macht,  
wenn wirtschaftliche Sorgen uns belasten.

Gott ist in unserer Mitte.

(vgl. Psalm 45)