



## **Fürchtet euch nicht, denn ich verkünde euch eine große Freude (Lk 2,10)**

Heilige Nacht 2016, Mariendom Linz

„Gerade der Advent ist im Vinzenzstüberl keine einfache Zeit. Die Erinnerung an früher und das Bewusstsein, nicht mit der Familie feiern zu können, macht viele aggressiv“, sagt Sr. Tarcisia von den Barmherzigen Schwestern über die Bedeutung von Weihnachten. Alkohol- und Drogensucht, der Verlust des Arbeitsplatzes oder eine Trennung, das sind die Gründe, warum Menschen auf der Straße leben. – In der Wärmestube der Caritas hat einer, der nach der Trennung von seiner Frau ohne Arbeit ist und den auch die beiden Kinder nicht besuchen, zu mir gesagt: Bist du der Bischof? Liest du uns heute das Weihnachtsevangelium vor? Das war aber eher abwehrend gesagt. Denn: „Ich versuche Weihnachten so fern wie möglich zu halten. Sonst kommt die Melancholie zu stark hoch!“ Angst vor Weihnachten, weil das mit der Erinnerung an Verletzung, an Verlust und an Schmerzen verbunden ist, weil der Boden unter den Füßen weggezogen wurde. – Nicht selten ist Angst eine Folge des unheimlichen Drucks, den wir uns selbst machen und den wir auf andere ausüben, sei es in der Arbeit, aber auch im Bereich der Sexualität und der Beziehung. Konkurrenz, Rivalität und Leistungsdruck sind ja nur die Kehrseite dessen, dass man zu kurz gekommen ist, Angst, zu wenig zu haben und zu wenig zu bekommen: zu wenig Liebe, zu wenig Wertschätzung.

Viele Menschen in Europa hatten angesichts des Ansturms von Flüchtlingen in den vergangenen beiden Jahren Angst. Es fühlen sich viele bedroht von der Gewalt, vom Islam, von Fremden. Es gibt so etwas wie Entheimatungsängste, dass den Einheimischen ihr Land fremd wird. In einigen Ländern Europas lastet die Wirtschafts- bzw. Finanzkrise noch immer schwer auf den Schultern der Menschen. Ängste sind sehr menschlich. Und Angst ist ein guter Ratgeber in Gefahr oder ein Signal in der Dunkelheit, sie kann aber auch unberechenbar und sogar böse machen. Es kann dabei nicht Ziel sein, keine Angst zu haben, wohl aber, sich ihr zu stellen. Angst und Ängste wollen wahrgenommen und verstanden werden – bei anderen und bei sich selbst. Es geht um die Kunst sich recht zu ängstigen (Kierkegaard), und die destruktive Seite der Angst durch eine Kultur der Begegnung zu verwandeln.

„Um uns zu retten, ist Gott zu uns gekommen, hat sich unter uns gemischt, hat mit uns gelebt, in vertrautestem und engstem Kontakt.“ (Charles de Foucauld) Die Geburt Jesu als Einmischung Gottes in das Leben der Menschen, in ihre Ängste, ihre Trauer, ihre Freude und Hoffnung. Mit der Menschwerdung tritt Gott in eine lebendige Beziehung zu uns. Sie führt uns heraus aus der Isolation und stellt uns hinein in ein lebendiges Beziehungsgeschehen. Religion darf Menschen nicht zu gefühllosen Erfüllungsgehilfen von Ideologien machen, sondern dem Menschen seine ursprüngliche Würde und Beziehungsfähigkeit geben. „Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Menschen von heute, besonders der Armen und Bedrängten aller Art, sind auch Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Jünger Christi. Und es gibt nichts wahrhaft Menschliches, das nicht in ihren Herzen seinen Widerhall fände.“ (GS 1)

Die Situation der Menschen in der Bibel ist wie bei den Hirten, bei Maria oder bei den Jüngern Jesu oft von Furcht, Angst und Verschlussenheit geprägt. Auch in der Begegnung mit Gott und mit Jesus stehen zunächst Angst und Erschrecken. Gerade das wird aber in der Begegnung verwandelt. Wenn Maria Gott begegnet, findet sie letztlich Trost, Freude, Zuversicht und Hoffnung. Der Engel sagt zu den Hirten: „Fürchtet euch nicht!“ (Lk 2,10) Gott führt im letzten zu Glück und Heil, zur Sinnerfüllung und Lebensganzheit. Gott ist kein Rivale und kein Konkurrent

des Menschen. Auf Dauer sind Angst, Sorgen und Schrecken nicht vom Geist Gottes. Friede, Hoffnung und Gelassenheit sind Grunderkennungszeichen für den Willen Gottes.

Wodurch wird die Angst verwandelt? Nicht durch moralischen Druck, auch nicht durch einen psychologischen Trick oder durch ein Kommando: Jetzt werde doch endlich erwachsen. Der Engel sagt zu den Hirten: „Ich verkünde euch eine große Freude.“ (Lk 2,10) Die Seele ernährt sich an dem, was sie erfreut. (Augustinus, Conf. XI) Einmal hast du eine Blume wahrgenommen und darüber gestaunt, dass es so etwas Schönes einfach gibt. Einmal hast du eine Berührung gespürt, eine Umarmung erfahren, und du hast gewusst: da ist einer, der mich mag. Einmal hast du dich gewundert als du bemerktest, dass du vor dich hin pfeifst. Einmal hast du lange in die Flamme einer Kerze geschaut. Einmal hast du etwas vom Geheimnis Gottes geahnt. Es gibt Sternstunden des Lebens, die wir nie vergessen. Da sind Taborstunden, Erfahrungen des Glücks, der Lebensfreude, der intensiven Beziehung, die zu uns gehören. Solche Erinnerungen sind Anker der Hoffnung; sie geben Zuversicht auch in dunklen Stunden und lassen nicht verzweifeln.

Angst wird verwandelt durch Gemeinschaft und Freundschaft. Es ist wie bei weinenden Kindern, die Angst haben, zu denen dann die Mutter sagt: Ich bin ja da. „Eine ‚Mindest-Utopie‘ müsse man verwirklichen – das ist ein Ausdruck, der verdiente, in unser Vokabular aufgenommen zu werden, nicht als Besitz, sondern als Stachel. Die Definition dieser Mindest-Utopie: ‚Nicht im Stich zu lassen. Sich nicht und andere nicht. Und nicht im Stich gelassen zu werden.‘“ (Hilde Domin, Aber die Hoffnung)

Und Angst wird verwandelt durch Gebet und Kontemplation. Lebensraum des Vertrauens, der inneren Freiheit und Individualität, die vor der Menschenfurcht bewahren, sind für die Heiligen Gebet und Stille. Dadurch wird die innere Kraft gestärkt, manche würden sagen die Resilienz. Gebet nicht fatalistisch oder quietistisch, „sondern als Résistance der Innerlichkeit, als höchste innere Freiheit, die gerade dazu befähigt, angstfreier und nicht korrumpierbar sich einzumischen in die Verhältnisse, wie sie sind.“<sup>1</sup>

+ Manfred Scheuer  
Bischof von Linz

---

<sup>1</sup> Gotthard Fuchs, Und alle Fragen offen?, in: ders. (Hg.), Angesichts des Leids an Gott glauben? Zur Theologie der Klage, Frankfurt 1996, 264.