Predigtthesen

vom 8. Januar 2011
Predigtreihe: Gute Vorsätze
Thema: „Ich mache mir weniger Sorgen!" (Matthäus 6, 25-34)
von Karsten Böhm

Sorgen! Sorgen machen ist zutiefst menschlich. Wir sorgen uns um die Liebem, die Gesundheit, den Arbeitsplatz, ums Geld, um die Umwelt, um die Zukunft. Das Sorgen steckt fest in uns drin und wir können es nicht einfach ablegen oder uns abtrainieren. Sich sorgen ist ja erstmal auch nicht verkehrt, denn Sorgen weisen darauf hin, dass etwas falsch läuft und Sorglosigkeit führt oft zu Problemen und weiteren Sorgen. Und Menschen, die sich nicht sorgen, bereiten anderen Menschen Sorgen. Deutlich wird dies an Kindern: umso sorgloser Kinder leben, umso mehr sorgen sich die Eltern. Wenn die Kinder auf Hausaufgaben keinen Bock haben, lieber ausschlafen statt zur Schule zu gehen und für Tests nicht lernen, weil das Thema langweilig ist, dann leben sie vielleicht sorglos, aber erstens kommt die – meist negative - Rechnung in naher oder ferner Zukunft und hält dann meist die ganze Familie auf Trab – Stichwort: weitere Sorgen - und zweitens wenn die Kinder sorgsamer wären, würden die Eltern sorgenfreier und besser leben! Wenn ich den Eindruck habe, dass sich jemand Sorgen macht, nachdenkt, dann ist er für mich ein verantwortlicher Mensch, ein Mensch, dem ich vertrauen kann. Das Wort „Sorge" steckt ja auch in vielen guten Begriffen und zutiefst christlichen Tugenden wie Umsorgen, Versorgen, Vorsorge, Fürsorge, Seelsorge.

Jesus Christus interessiert aber scheinbar meine Einleitung nicht, denn er sagt sehr direkt und provozierend im heutigen Predigttext, den wir noch mal hören:
25 Macht euch keine Sorgen um euer Leben, ob ihr etwas zu essen oder zu trinken habt, und um euren Leib, ob ihr etwas anzuziehen habt! Das Leben ist mehr als Essen und Trinken, und der Leib ist mehr als die Kleidung! 26 Seht euch die Vögel an! Sie säen nicht, sie ernten nicht, sie sammeln keine Vorräte – aber euer Vater im Himmel sorgt für sie. Und ihr seid ihm doch viel mehr wert als Vögel! 27 Wer von euch kann durch Sorgen sein Leben auch nur um einen Tag verlängern? 28 Und warum macht ihr euch Sorgen um das, was ihr anziehen sollt? Seht, wie die Blumen auf den Feldern wachsen! Sie arbeiten nicht und machen sich keine Kleider, 29 doch ich sage euch: Nicht einmal Salomo bei all seinem Reichtum war so prächtig gekleidet wie irgendeine von ihnen. 30 Wenn Gott sogar die Feldblumen so ausstattet, die heute blühen und morgen verbrannt werden, wird er sich dann nicht erst recht um euch kümmern? Habt ihr so wenig Vertrauen? 31 Also macht euch keine Sorgen! Fragt nicht: › Was sollen wir essen?‹ › Was sollen wir trinken?‹ › Was sollen wir anziehen?‹ 32 Mit all dem plagen sich Menschen, die Gott nicht kennen. Euer Vater im Himmel weiß, dass ihr all das braucht. 33 Sorgt euch zuerst darum, dass ihr euch seiner Herrschaft unterstellt, und tut, was er verlangt, dann wird er euch schon mit all dem anderen versorgen. 34 Quält euch also nicht mit Gedanken an morgen; der morgige Tag wird für sich selber sorgen. Es genügt, dass jeder Tag seine eigene Last hat.«

Sorgt Euch nicht! Vögel, Blumen… das ist doch alles ziemlich weltfremd und romantisch, nicht wahr!? Und so ist die Liste der Einwände gegen diese Worte Jesu lang: jeder verhungerte Spatz, jeder erfrorene Obdachlose, jede Hungerkatastrophe – ein Argument gegen diese Worte aus der Bergpredigt. Wie gesagt: wir können gar nicht leben, ohne zu planen, ohne uns zu sorgen. Das alltägliche Leben ohne gewissenhafte Vorsorge – es wäre unverantwortlich, das reine Chaos. Darum hat Jesus dieses Thema angesprochen, weil es eben uns alle betrifft… und in seinen Worten liegt eine große Weisheit, denn er zeigt uns sehr deutlich, wie wir mit unserem Sorgen, das zutiefst menschlich ist, besser, konstruktiver, glaubwürdiger umgehen können. So hat Martin Luther in einer Predigt über genau diesen Text gesagt: „Dass die Vögel der Sorge und des Kummers über deinem Haupt fliegen, kannst du nicht ändern. Aber dass sie Nester in deinem Haar bauen, das kannst du verhindern." Das trifft gut, was Jesus mit seinen Worten verdeutlichen will, nämlich:

1. „Wer von euch kann durch Sorgen sein Leben auch nur um einen Tag verlängern?" (Vers 27)
Ganz nüchtern und realistisch müssen wir an dieser Stelle sagen: Stimmt eigentlich. Jesus hat recht. Die Sorgen, das Sorgen besetzen mich, halten mich fest, lähmen mich – Sorgen entkräften uns und schwächen uns, die Sorge hat keinen positiven Effekt. Das weiß jeder, der schon einmal eine Nacht nicht schlafen konnte, weil sich das Sorgen-Karussell im Kopf gedreht hat. Sich sorgen ist unnütz. Darum sagt Jesus: Vergeudet Eure Kraft nicht aus Sorge. Das Sorgen bringt nichts, geschweige denn löst es eine Sorge auf. Das Leben in Sicherheit, das Leben ohne Risiko – ein Traum, der nicht aufgeht. Die Sorge kann nicht halten, was sie verspricht. Sie kann das Leben weder sichern noch auch nur um einen Tag verlängern. Recht hat Jesus. Und die Wissenschaft hat schon längst bewiesen, dass das sich Sorgen das Leben nicht nur keinen Tag verlängert, sondern sogar das Leben verkürzt: Sorgen verursachen Sorgenfalten, Magengeschwüre, Herzinfarkte, schlaflose Nächte, schlechte Laune.
Dazu kommt, dass viele Menschen die meiste Energie mit der Lösung von Problemen vergeuden, die niemals auftreten werden. Kennt Ihr das von Euch? Die sorgenvolle Frage: Was wäre wenn… Man macht sich Gedanken um die Zukunft, spielt im Kopf Szenarien durch, überlegt sich Reaktionsweisen auf bestimmte mögliche Situationen, die eintreffen könnten. Zu viele Konjunktive. Könnte, hätte, wäre… Mir ist klar, dass die Tendenz sich Sorgen um Dinge zu machen, die oft gar nicht eintreffen, nicht einfach und schnell loszulassen ist. Ich spreche aus Erfahrung, denn auch ich mache mir immer viele Gedanken um all das, was eventuell passieren könnte und von dem dann nur ein Bruchteil, wenn überhaupt, tatsächlich geschieht. Warum aber mache ich mir so viele Gedanken? Ich möchte halt gut vorbereitet sein. Aber – das ist der Knackpunkt – zwischen „guter Vorbereitung" und „lähmender Sorge" liegen Welten. Mir hat geholfen, wenn das

Sorgenmachen überhand nimmt, mir folgende Fragen zu stellen: Was genau befürchte ich, was eintreten kann? Was wäre daran so schlimm? Wie wahrscheinlich ist es, dass das eintritt? So relativiere ich meine oftmals unbegründeten Sorgen und mache mir bewusst, dass ich überreagiere und dass es objektiv betrachtet reicht, mir weniger oder gar keine Sorgen zu machen. Die Panikmache ist damit unterbrochen und ich kann mich aufs Wesentliche und Realistische konzentrieren.
Was ist aber, wenn sich die Sorgen als real herausstellen und sie nicht einfach wegzufragen sind? Leider ist das Zentrum des Sorgens ja auch nicht der Kopf und der Verstand, sondern das Herz und das Gefühl.

2. „Quält euch also nicht mit Gedanken an morgen; der morgige Tag wird für sich selber sorgen. Es genügt, dass jeder Tag seine eigene Last hat." (Vers 34)
Jesus wendet mit dieser Aussage den Blick auf die Gegenwart. Wenn wir uns sorgen, machen wir uns Gedanken über etwas, das noch nicht eingetreten ist, etwas, das in der Zukunft liegt. Und weil es eben noch nicht da ist, haben wir auch keine Chance es tatsächlich zu lösen. Daher: Macht Euch keine Sorgen um Morgen. Jeder Tag hat seine Last. Lass Morgen morgen sein. Wichtig dabei ist allerdings, dass er nicht sagt: Kümmert Euch nicht darum. Denn er weiß, dass jeder von uns sich um Dinge kümmern muss, die notwendig sind. Vorsorgen, Kümmern ja – Sorgen nein.
Unter diesem Aspekt wirkt auch das Bild der Vögel, das Jesus benutzt, nicht mehr romantisch und weltfremd, sondern passt auch auf unsere Situation heute und hier. Die Vögel säen wirklich nicht und sie ernten auch nicht. Sie tun nichts dergleichen. Aber dennoch tun sie sehr viel. Sie bauen Nester, brüten Junge aus, füttern sie und ernähren sich mit Würmern und Insekten, die sie fangen. Sie tun ganz schön viel, um zu leben. Sie tun, was sie können. Aber eines tun sie vermutlich nicht: sich Sorgen machen. Und auch die Lilien wachsen, graben ihre Wurzeln in die Erde, strecken sich dem Licht entgegen, kümmern sich um ihren Fortbestand. Sie tun, was sie können, aber eines tun sie nicht: sich Sorgen machen.
Statt sich Sorgen zu machen, frage ich mich, wofür kann ich sorgen, wo soll ich vorsorgen? Was kann ich tun? Worum kann ich mich kümmern? Ein Beispiel: Ob dich eine schwere Krankheit trifft, kannst du jetzt nicht wissen. Aber du kannst vorsorgen, indem du dich gesund ernährst, dich ausreichend bewegst, genügend schläfst – das ist viel mehr wert, als wenn ich mich bange um meine Gesundheit sorge. Aber auch das ist der Fall: Wir können zwar alles Menschenmögliche tun, um das Schlimme, das wir befürchten, so unwahrscheinlich wie möglich zu machen – aber wir können nicht alles verhindern. Manches, das uns Sorgen macht, wird eintreffen, egal, was wir tun. Vieles aber wird sich einfach in Luft auflösen. Und manches wird sogar besser werden, als wir es uns jetzt erträumt haben.

3. „Sorgt euch zuerst darum, dass ihr euch Gottes Herrschaft unterstellt, und tut, was Gott verlangt, dann wird er euch schon mit all dem anderen versorgen." (Vers 33)
Immer wieder ruft uns Jesus im heutigen Predigttext „Sorgt Euch nicht!" zu, denn er möchte, dass wir aus unserem unruhigen Hamsterrad der Sorge herauskommen. Aber am Ende ruft er eindringlich dann doch: Sorge dich! Viermal fordert er uns auf, sich keine Sorgen zu machen und nun am Ende das: Sorge dich nun doch! Sorge dich und zwar um Gottes Reich, um Gottes Herrschaft, um das, was Gott verlangt. Jesus ruft nun zum Perspektivwechsel auf. Du kannst dich entweder den quälenden Sorgen überlassen und versuchen, dich um dich selbst zu kümmern, oder du vertraust der Zusage, dass Gott für dich sorgt – hier und bis in alle Ewigkeit.
Mein Wunsch ist, dass Ihr alle diesen Vers aus Matthäus 6,33 auswendig lernt: „Sorgt euch zuerst darum, dass ihr euch Gottes Herrschaft unterstellt, und tut, was Gott verlangt, dann wird er euch schon mit all dem anderen versorgen." Oder wie es Martin Luther übersetzt: „Trachtet zuerst nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit, so wird euch das alles zufallen!" Lernt bitte diesen Vers auswendig, damit Ihr nicht nur hört, was Gott fordert und verspricht, sondern damit Ihr es verinnerlicht, immer diese Worte bei Euch tragt, dass Gott, der Vater im Himmel, uns versprochen hat, für uns zu sorgen, sich um uns zu kümmern! Jesus sagt: Das beste Mittel gegen Sorge ist, dass ich mir klar werde, wo meine oberste Priorität ist, wer mein tiefstes Vertrauen verdient, auf wen ich mich, wenn alles andere schief läuft, tatsächlich verlassen kann. Verlasse dich auf Gott, der voller Sorge und Sehnsucht sich um dich kümmert, der dich liebt, dir vergibt, der tröstet, heilt und neue Kraft gibt, der für dich sorgt und dies weit mehr als für die Vögel und die Blumen auf dem Feld. Das Vertrauen auf Gott ist eine Befreiung von falschen menschlichen und irdischen Sicherungen und stellt das Leben auf den einzigen tragfähigen Grund.
Vertraut auf Gott, trachtet zuerst nach seinem Reich oder wie das Zentrum unserer 5 Gemeindeziele heißt: „Liebe Gott von ganzem Herzen!" dann wird Gott auch für dich sorgen! Klingt gut. Ist es auch. Deshalb steht dieses Ziel „Liebe Gott von ganzem Herzen!" auch im Zentrum unserer 5 Gemeindeziele! Darum geht es – alle anderen Ziele und Dinge speisen sich aus diesem Zentrum, drehen sich um dieses Zentrum! Unser Leben soll sich darum drehen, unsere Gemeinde soll sich darum drehen! Vertraue, glaube, liebe Gott von ganzem Herzen! Wer Gott liebt aus ganzem Herzen, der kann im Grunde kein ängstlicher, sorgenvoller Mensch sein. Wenn wir als Gemeinde uns um dieses Zentrum drehen: Gott mit unserem ganzen Sein lieben und ehren, dann brauchen wir uns um die Zukunft keine Sorgen zu machen! Mir ist aber auch klar, dass diese Aufforderung Jesu nicht einfach so von Jetzt auf Gleich umzusetzen ist. Es ist ein Weg, ein Prozess, ein Lernen, immer mehr auf Gott zu vertrauen, nach seinem Reich zu trachten, ihn von ganzem Herzen zu lieben. Auch mir ist das Sorgen, das sich Sorgen oftmals viel vertrauter als das Vertrauen auf Gott und sein Reich, aber ich möchte meine Ohren und mein Herz öffnen, um zu hören und zu spüren, wenn Jesus mich ermutigt: Sorge dich nicht, ich sorge mich um dich, ich versorge dich! Und dann möchte ich es umsetzen. Dann möchte ich mich immer wieder auf dieses Wagnis einlassen und immer mehr lernen, meinen Blick auf das Wesentliche, nämlich auf Gott und sein Reich zu richten. Dieses voll auf Gott zu vertrauen, gelingt uns sicherlich nicht immer, nicht an jedem Tag unseres Lebens, nicht in jeder Situation. Aber die Momente, in denen uns das gelingt, wird Gott uns wundersam und wunderbar versorgen – er hat es versprochen!