

## Angst Wut Enttäuschung

Ja, viele Menschen haben Angst. Angst um die Gesundheit ihrer Kinder, ihrer Eltern, Großeltern, Freunde, auch um die eigene Gesundheit. Ich habe auch Angst, dass unsere Medizin nicht mehr alle ernsthaft Erkrankten beatmen kann. Und Angst vor den wirtschaftlichen Folgen dieser nicht absehbaren Krise. Es tut gut, sich dies eingestehen zu können, dieses zuzugeben. Vor Gott ist das nicht so schwer, er schaut uns sowieso ins Herz und weiß, was mit uns los ist. Er hat uns längst mit unserer Angst angenommen. Vor den Menschen fällt das schwerer. Da wird vieles überspielt, man will das alles nicht wirklich nicht wahrhaben. Diese Angst kann sich auch in Aktionismus oder gar Panik zeigen. Angst ist letztendlich etwas zutiefst Menschliches, wir dürfen sie zulassen. Ja, ich habe Angst. Das befreit.

Auch Wut gehört jetzt zum Alltag. Wer kennt sie in diesen Tagen nicht? Wut auf diejenigen, die mir alle meine Aktivitäten verbieten und meine Existenz gefährden. Wut auf diejenigen, die jetzt noch mit vielen Menschen Partys feiern und das Virus ungebremst weitergeben. Wut auf Kollegen, die einen anderen Blick haben, ja sogar eine latente Aggressivität gegen den Partner, die Partnerin, die Kinder, Großeltern, die mit uns leben. Wo fast alles verboten ist, staut und stockt es sich in uns. Das ist normal. Wut in Klage umwandeln, das kann helfen. Lernen wir wieder geordnet zu klagen, wir haben jetzt ganz viele Gründe dazu. Klagen wir an, aber nicht unsere Mitmenschen, sondern Gott. Wenn er der Schöpfer und Bewahrer von allem ist, dann wenden wir uns an ihn. Die Bibel, die Psalmen sind voller Klagen gegen Gott. Wer klagt, der betet, denn er ist bereits in einem Gespräch mit Gott.

Und dann macht sich Enttäuschung breit. Das neue Jahrzehnt hatte so schön begonnen und dann dies. Wir sind schon jetzt alle materiell ärmer geworden. Pläne sind längst auf Eis gelegt oder zunichte gemacht. Die Enttäuschung sitzt. Sie sitzt tief. Passen wir auf, dass wir nicht depressiv werden. Achten wir im Homeoffice und Quarantäne auch auf äußere Dinge, auf Essen und Bewegung, Körperpflege und Gespräche. Rufen wir andere an, melden uns über die digitalen Medien. Doch vor allem brauchen wir innere Nahrung, Spiritualität. Beenden wir immer wieder das Schauen auf die Corona-App, greifen wir zum Gesangbuch, halten wir Gottesdienst zuhause und richten dafür feste Zeiten ein. Zwei Andachten am Tage, wenn die Glocken läuten. Und eine längere am Sonntagvormittag. Wir finden dazu genug Anleitungen im Netz, wenn wir das eigene Bibellesen nicht mehr gewohnt sind. Gottesdienst zuhause, er fängt unsere Enttäuschung auf und wandelt sie in neue Kraft. Möge Gott uns dazu helfen, Amen.

(Pastor Ralf Reuter, 19.03.2020; Tel.: 0551-5053786; E-Mail: Ralf.Reuter@evlka.de)