

Predigt am 21. Juni 2026 zu Mt 10,26-33

Habt keine Angst vor den Menschen

Liebe Schwestern, liebe Brüder, Aufbruch.

Die einen gehen in Urlaub. Christine und ich gehören dazu.

Andere gehen nach Deutschland zurück, nach Düsseldorf z.B.

Wieder andere gehen nach Pakistan.

Die Auswahl in dieser Gemeinde war noch nie sehr klein, was Länder angeht, was Nationen angeht, wo man sich überall hinbewegt, wer wohin reist und wen wir verabschieden.

Und mit diesen Gedanken bin ich quasi über das heutige Evangelium gestolpert. Dort zeigt mir gleich die allererste Zeile, worum es eigentlich geht. Denn Jesus sagt: „Habt keine Angst vor den Menschen.

Egal, wo ihr hinkommt, egal wo ihr hingeht, die Umstände, die Kulturen, die Sprachen, die Menschen, ja, die sind immer irgendwie anders.

Und die Umstände zuweilen sehr, sehr schwierig.

Aber Jesus sagt, habt keine Angst vor den Menschen.

Und ich habe euch heute mal drei Punkte mitgebracht, von denen ich denke, dass sie das ein bisschen erklären und vertiefen können.

Der erste Punkt im Kontext, keine Angst vor den Menschen zu haben, der lautet: Zivilcourage, was man übersetzen kann mit: Zu den eigenen Werten zu stehen.

Zivilcourage. Das bedeutet im Alltag, für soziale Werte und für die Würde anderer einzutreten, auch wenn es unbequem ist oder wenn es Nachteile bringt.

Wir kennen das alle. Da passiert etwas irgendwo und keiner hilft.

Alle stehen herum, alle schauen zu. Ein Unfall vielleicht. Und keiner tut etwas.

Das kann man verschieden erklären. Man kann sagen: Ja, warum sollte ich denn? Man kann es aber auch mit dem sogenannten Bystander-Effekt, mit dem Zuschauereffekt erklären.

Das ist der Effekt, der verhindert, dass die Leute etwas tun. Die warten nämlich darauf, dass jemand anderer den ersten Schritt macht, zum Handy greift und Rettung holt oder so.

Man will nicht aus der Reihe tanzen, man will konform sein.

Um das zu verhindern, muss ich über mich selber nachdenken.

Ich muss meine eigenen Grundwerte klären, wie z.B. Gerechtigkeit oder Ehrlichkeit.

Und zwar im Voraus. Wer seine Werte genau kennt, der zögert in kritischen Momenten seltener.

Und man erlebt sich dann auch nicht irgendwie als passiv oder gar als passives Opfer der Umstände, sondern man gestaltet, man ist aktiv mit dabei.

Ein zweiter Punkt ist das Selbstvertrauen.

Wir sind Christen und Christinnen und als solche erfahren wir vielleicht nicht immer ganz persönlich, aber als Christenheit im Ganzen sehr wohl immer wieder Ablehnung. Es wird immer mehr Probleme geben, immer mehr Verfolgung von Christen in der Welt, Unterdrückung.

Und das macht ja etwas mit uns. „Lass mal lieber nicht so auffallen, lieber nicht so zeigen, dass ich jetzt zu den Christen gehöre.“

Mir ist sehr bewusst, dass man in manch muslimisch geprägten Ländern nicht einfach auftreten kann und sagen kann: „Hier, ich bin Christ und nach meiner Pfeife tanzen jetzt alle.“ Das wird nicht möglich sein.

Aber das verhindert ja nicht, dass man eine bestimmte Haltung hat.

Und es wird immer wieder Gelegenheiten geben, auch in anderen Ländern zu schauen, wie kann ich diese Haltung auch zeigen.

Es gibt so eine Erkenntnis aus der Forschung, dass die Angst vor Isolation ganz tief in unserer Biologie verwurzelt ist.

In der Steinzeit bedeutete der Ausschluss aus der Gruppe das sichere Todesurteil. Man war angewiesen auf die Gemeinschaft. Alleine zu überleben, das ging überhaupt nicht.

Und das hat sich in unserem System festgesetzt: die Angst, allein gelassen zu werden. Dann passe ich mich eher an. Und anpassen ist an sich nichts Schlechtes.

Man könnte das ja auch zum Beispiel übersetzen mit Inkulturation.

Aber mir ist wichtig, dass wir uns ganz klar machen: Wir dürfen uns selber nicht aufgeben.

Wahres Selbstvertrauen entsteht nicht dadurch, dass mich alle mögen, sondern es entsteht durch die Gewissheit, dass ich auch dann okay bin, wenn mich jemand nicht mag.

Ein dritter Punkt ist die Freiheit.

Wenn wir das Wort Tyrannei hören, dann haben wir damit automatisch verbunden, dass sie von außen kommt, dass es einen Tyrannen gibt oder ein System, das uns unter Druck setzt.

Aber es gibt doch so etwas wie eine Tyrannei, die ich selber konstruiere, nämlich meine eigenen Erwartungen, die ich viel zu hoch schraube.

Es geht darum, sich davon zu lösen, zu lösen von der Tyrannei der eigenen Erwartungen an sich selbst.

Klar, Erwartungen von Eltern, von Partnern, von der Gesellschaft: das wird manchmal empfunden wie ein unsichtbares Gefängnis.

Man neigt dazu, es allen recht machen zu wollen.

Die Angst, andere zu enttäuschen, führt dazu, dass man die eigenen Bedürfnisse hinten anstellt und die Gefahr des innerlichen Ausbrennens immer größer wird.

Und da ist es wichtig, gesunde Grenzen zu setzen, auch mal Nein zu sagen zu den Erwartungen anderer und Ja zu sagen zu sich selbst.

Das erfordert eine radikale Ehrlichkeit mit sich selbst.

Und damit ist für mich verbunden, dass wir kein Drehbuch leben, das ein anderer für uns geschrieben hat, sondern dass wir unser eigenes Leben leben.

Dort, wo wir sind, dort, wo wir hingehen und auf dieser Reise natürlich auch.

Zivilcourage, Selbstvertrauen und Freiheit. Gerade auf Reisen oder beim Umzug in ein anderes Land zeigt sich, wie wichtig diese drei Haltungen sind.

Wer seine Werte kennt und den Mut hat, für sie einzustehen, der kann auch in ungewohnten Situationen für andere zum Segen werden.

Zivilcourage endet nicht an der Grenze des eigenen Landes. Sie zeigt sich überall dort, wo Menschen füreinander eintreten, aufmerksam hinschauen und Hilfe anbieten.

Wer gelernt hat, seinen eigenen Wert nicht von der Zustimmung anderer abhängig zu machen, kann neuen Menschen offen begegnen, ohne sich selbst ständig beweisen zu müssen.

Dieses Selbstvertrauen schenkt Gelassenheit und macht frei. Es macht frei, andere anzunehmen und zu ermutigen.

So wird man selbst zu einem Menschen, der Hoffnung und Zuversicht ausstrahlt.

Und wer sich nicht von den Erwartungen anderer gefangen nehmen lässt, sondern aus einer inneren Freiheit lebt, der kann authentisch und großzügig handeln.

Ob im Urlaub oder bei einem Neuanfang in einem fremden Land: Menschen werden dort zum Segen, wo sie ihre Gaben einbringen, wo sie Respekt zeigen, wo sie Brücken bauen und Gottes Liebe durch ihr Verhalten sichtbar machen.

So kann jede Reise mehr werden als ein Ortswechsel und jeder Umzug mehr werden als ein Neuanfang.

Beides kann zu einer Gelegenheit werden, Gottes Segen zu empfangen und ihn zugleich an andere weiterzugeben.

Amen.