

10.09.2016 um 07:10 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Christoph Wildfang,

Evangelischer Pfarrer, Arnoldshain

Es ist möglich, Wege aus seiner Zukunftsangst zu finden

Moderator/in: 30- bis 59-Jährige fürchten sich mehr als in den Vorjahren vor Armut und Kriminalität. Die „Generation Mitte“ blickt trotz materieller Sicherheit und persönlicher Lebensqualität besorgter in die Zukunft als im Vorjahr. Das hat eine Umfrage des Allensbach-Instituts herausgefunden. Wie kann man mit diesen Ängsten umgehen? fragt Pfarrer Christoph Wildfang aus Arnoldshain im hr1 Zuspruch.

In der Umfrage ging es nicht um etwas, was einen unmittelbar bedroht. Sondern um Ängste wie: Jetzt geht es mir eigentlich gut. Aber später? Das fragen sich offenbar gerade die, denen es wirtschaftlich sogar besser geht als in den Jahren zuvor. Andere meinen, es gibt mehr Verbrechen und haben davor Angst. Was kann man da tun? Erst einmal ist es immer gut, Ängste auszusprechen. Ich bin nicht allein mit meinen Sorgen. Mir hilft es, Worte aus den Psalmen der Bibel zu meditieren. Da sagt einer: „Die Sorgen drücken mich nieder, ich finde keine Ruhe mehr“ (Psalm 55,3), oder: „Die Angst presst mir das Herz zusammen“. (Psalm 25,17) Solche Gefühle sind meinen ähnlich. Ich kann zu den Ängsten stehen.

Dann kann ich sie genauer anschauen. Sie sind kein diffuser Wust mehr. Ich gehe ihnen auf den Grund. Dazu muss ich mich zuerst mal informieren. Ich sehe dann zum Beispiel: Die Zahl der Gewaltverbrechen ist sogar deutlich weniger geworden. Die Zahl der Einbrüche ist aber gestiegen. Warum soll ich wie das Kaninchen vor der Schlange passiv bleiben? Ich kann selbst was unternehmen zum Schutz meiner Wohnung und mich beraten lassen. Auch beim Thema Altersvorsorge bei unabhängigen Stellen wie den Verbraucherzentralen.

Doch es ist klar: Eine absolute Sicherheit kann ich nicht herstellen. Die Welt war schon immer unsicher und wird es bleiben. Ich brauche ein Grundvertrauen, das mich trägt. Ängste werden mich auch in Zukunft begleiten. Vermutlich steht deshalb ein Satz in der Bibel dreihundertfünfundsechzig Mal, für jeden Tag einmal: „Fürchte dich nicht.“ Auch diese Erfahrung haben Menschen vor mir gemacht: Der tiefste Halt in Ängsten ist Gott. Sie haben solche Worte aufgeschrieben: „Gott, du führst mich den Weg zum Leben“ (Psalm 16,1) „Du machst das Dunkel hell“ (Psalm 18,29), „Du lässt mich sicher leben“ (Psalm 4,9). Mir hilft das. Und ich sage mir, wenn ich aktiv gegen meine Zukunftsängste loslege: „Fürchte dich nicht!“