

Geschichten, die der Angst begegnen – Die Stillung des Sturms

Manchmal spüre ich richtig, dass alle um mich herum Angst haben. Sie gucken dann anders und es ist, als sei ein Kribbeln in der Luft, das sich bis in meinen Bauch ausbreitet. Alles fühlt sich dann zugleich dumpf und eng und dunkel an, auch wenn vielleicht gerade die Sonne scheint, aber die sehe ich dann gar nicht mehr richtig.

Vielleicht kennst du das auch?

Ich nehme dich mit in eine Geschichte – in ein anderes Land – eine andere Zeit. Schließ mal die Augen ich bringe dich dort hin.

Es ist ein warmer Tag. Die Sonne scheint. Du spürst die Wärme auf deinem Gesicht. Deine Füße fühlen den warmen Boden unter dir. Ein leichter Wind berührt deine Haut. Es riecht nach Sand und Wasser – wie an einem warmen Sommertag. Leise hörst du kleine Wellen, die an ein Ufer rollen.

Öffne deine Augen und schau um dich herum. Neben dir steht ein Mädchen:

„Ich bin Miriam“, sagt sie. Du stehst mit ihr an einem See. Du entdeckst Palmen am Ufer, das Land wirkt trocken und staubig. Mehrere Boote liegen am Ufer. Erwachsene stehen und sitzen dort. Ein paar Kinder sind auch dabei. Sie gruppieren sich um einen Mann. Miriam sagt: „Komm mit, wir gehen zu den anderen, Jesus ist da und erzählt.“ Du gehst mit Miriam mit, gemeinsam setzt ihr euch dazu und lauscht. Jesus erzählt mit klaren Worten und in schönen Bildern. Du kannst richtig vor dir sehen, was er erzählt. Er malt mit seinen Worten Bilder von einer Welt, in der es keine Angst und Sorgen mehr gibt. Er erzählt den Menschen, was sie selbst tun können, damit diese Welt kein Traum bleibt, sondern Wirklichkeit wird. Wie gebannt hörst du zu. Langsam wird es Abend, die Menschen um Jesus wollen gar nicht nach Hause, sie sind so berührt von den Worten und dem Zusammensein. Gemeinsam wird gegessen und gelacht. Schön fühlt es sich an, leicht und geborgen.

Abendstimmung senkt sich über alles, nach und nach gehen die Leute nun doch nach Hause. Du bleibst mit Miriam. Jesus sagt: „Kommt mit, wir fahren ans andere Ufer.“ Du spürst, dass auch du gemeint bist, dass es richtig ist, mit den anderen ins Boot zu steigen. Also steigst du mit Miriam und den anderen dazu. Das Boot entfernt sich langsam vom Ufer und bewegt sich sacht schaukelnd auf den See hinaus.

Du merkst, wie das Schaukeln dich ruhig werden lässt. Unter dir spürst du den Boden und an deinem Rücken die Wand, die dich hält.

Plötzlich schreckst du hoch.... bist du eingenickt? Irgendetwas ist jetzt anders. Mächtig, gewaltig und Angst einflößend. Du spürst den Wind in deinen Haren und die Wassertropfen, die hart dein Gesicht treffen. Das sachte Schaukeln hat sich verwandelt. Heftig wird das Schiff auf und ab getrieben. Ein Sturmwind, der alles durcheinander wirbelt, hat das Boot ergriffen.

Du schaust zu Miriam und siehst in ihren Augen die Angst, die Du selbst im Bauch spürst. Überall auf dem Boot ist diese Angst mit Händen zu greifen. Jesus, wo ist denn nur Jesus? Du kannst ihn nicht entdecken. Eine Frau ruft: „Jesus schläft!“ Kann denn das sein? Bei diesem Getöse, in diesem Durcheinander, in diesem Sturm? Deine Augen suchen das Boot ab und tatsächlich: Dort liegt Jesus, angekuschelt an eine Wand und schläft. Die Frau geht zu ihm, rüttelt ihn an der Schulter: „Hilf uns Jesus, wir gehen unter, hilf uns!“, ruft sie immer wieder. Jesus schaut der Frau direkt in die Augen. „Ruhig!“, sagt Jesus. Dann schaut er auch in die anderen angstvollen Gesichter. Einen Augenblick für jedes Augenpaar. Ruhig sprechen seine Augen: „Bleib ruhig. Ich bin da in Deiner Angst! Du bist nicht allein!“ Als seine Augen deine treffen, sprechen sie auch zu dir.

Es ist unglaublich, aber du spürst es: Die Angst in deinem Bauch wird klein, das Getöse hört auf. Es ist, als würde es etwas heller werden.

Jesus steht auf und schaut auf das Wasser – auch hier spricht er: „Ruhig – werde still!“

Alles wird still. Und ruhig und friedlich. So etwas Wunderbares hast du noch nie erlebt. Es ist wie Frieden.

Schließe deine Augen und präge dir die Bilder ein. Du bist sicher und geborgen, die Angst geht weg, du bist nicht allein. Lege deine Hand auf dein Herz. Halte das Gefühl in deinem Herzen fest.

Öffne deine Augen wieder. Du bist zurück.