



Ich fühle mich bedroht

Matthäus 2, 1-16

Predigt am 21. Dezember 2025 (4. Advent)

Teil 5 der Predigtreihe: "Gefühlswelten - Glaube auf der emotionalen Achterbahn"

Von Hanna Sägesser

(Es gilt das gesprochene Wort)

Liebe Gemeinde

Wer in den letzten Wochen mit mir im Gespräch war, hörte mich möglicherweise folgenden Satz sagen: «Ich fühle mich bedroht – und zwar von dieser Predigt am 21. Dezember.» Ja es ist wahr, ich habe mich mit der heutigen Predigt schwergetan. Dass sie mich bedrohte, das stimmt hingegen nicht. Gestresst hat sie mich definitiv und zeitweise auch überfordert, zum einen wegen dem schweren Thema und zum andern, weil so kurz vor Weihnachten doch noch so das eine oder andere läuft und meine zeitlichen Ressourcen immer knapper und knapper wurden. Doch eine Bedrohung, nein, das war diese Predigt nicht. Denn ganz egal, was ich heute Morgen erzähle oder auch nicht erzähle – Mittag wird es sowieso. Weder mein Leben noch meine Karriere oder meine Wohnsituation hängen vom Erfolg oder Misserfolg dieser Predigt ab. Das Schlimmste, was diese Predigt auslösen kann, ist, dass einige von euch möglicherweise etwas verwirrt nach Hause gehen oder dass ihr sagt: «Schade, da hätte ich jetzt mehr erwartet!» Von Bedrohung kann also nicht die Rede sein, eher von einer Befürchtung. Die Befürchtung den an mich gestellten Erwartungen nicht gerecht zu werden. Eine Bedrohung ist dann doch nochmal was anderes, denn dann geht es wirklich ums Existenzielle.

Es gibt Bedrohungen in allen möglichen Ausprägungen. Momente in denen Leib und Leben bedroht sind, sei es durch einen persönlichen Angriff oder Kriegsaktivitäten. Oder aber Situationen, in denen sich Dinge anbahnen: angekündigte Stellenstreichungen in der Firma, politische Drohgebärden, Anzeichen, dass unser Klima vor dem Kollaps steht und so weiter. Meine Existenz hängt nicht von dieser Predigt ab, doch löste die anstehende Predigt wie gesagt Befürchtungen aus, welche gepaart mit wenig Zeit und vielen anderen Verpflichtungen zwischenzeitlich zu einem Gefühl der Überforderung führten. Selbstverständlich kann chronische Überforderung durchaus auch zu einer Bedrohung werden, dann nämlich, wenn die psychische Gesundheit darunter so leidet, dass man ausbrennt und man seinen täglichen Aufgaben nicht mehr nachkommen kann. So weit ist es zum Glück bei mir nicht gekommen. Vom Gefühl der Überforderung haben wir letzte Woche von Riki gehört. Wer diese Predigt verpasst hat, dem sei sie wärmstens empfohlen.

Wir fühlen uns bedroht, viele von uns aktuell wohl weniger direkt an Leib und Leben, viel mehr blicken wir einer eher unsicheren nahen und fernen Zukunft entgegen.

Im heutigen Predigttext treffen wir auf zwei Männer, die sich ebenfalls bedroht fühlen. Zum einen Josef, der erfährt, dass seine Familie in Gefahr ist. Josefs Situation ist prekär. Er muss sich sofort entscheiden, denn das Leben von Jesus steht auf dem Spiel. Er weiss, dass es keinen Sinn hat, das Kind verteidigen zu wollen. Der einzige Ausweg ist, wie ihm der Engel empfohlen hat, sich und seine Familie durch Flucht ausser Gefahr zu bringen.

Auf der anderen Seite haben wir Herodes. Dieser wird durch die Fragen der Sterndeuter in helle Aufregung versetzt. Ein Kind sei geboren worden, welches dereinst der König der Juden werden soll. Die Gefahr, die von diesem kleinen Säugling ausgeht, scheint auf den ersten Blick eher gering zu sein. Zumindest eben im Augenblick. Doch Herodes schwant bereits jetzt Böses. Das Kind mag zwar noch ein Baby sein, doch es ist eine potentielle zukünftige Bedrohung, mit der Herodes irgendwie umgehen muss. Die durch diese Bedrohung ausgelöste Angst hat eine andere Qualität als diese von Josef und Maria. Denn Herodes Leben steht nicht unmittelbar auf dem Spiel. Stattdessen hat Herodes Zeit, sich über die sich anbahnende Gefahr ausführlich Gedanken zu machen, sich zu informieren und zu überlegen «Wie komme ich aus dieser Situation wieder heraus?»

Wir haben es in dieser Geschichte also mit zwei völlig unterschiedlichen Arten der Bedrohung zu tun. Eine, die eine Fight or Flight – Kampf oder Flucht Reaktion auslöst und eine, die mehr eine Art düstere Zukunftsvision ist. Während Josef und seine Familie von einer akuten Todesangst begleitet wird, ist es bei Herodes eher die Angst, dass die Zukunft für ihn nichts Gutes bringen wird. Entsprechend sind auch die Reaktionen der Bedrohten. Der eine verlässt Hals über Kopf das Land, der andere schmiedet Pläne.

Liebe Gemeinde, wem sind wir als Schweizer Gesellschaft näher? Josef, der aktuell um sein Leben rennt oder Herodes, dem eine düstere Zukunft vor Augen schwebt? Ich habe das Gefühl, wir sitzen in einem ähnlichen Boot wie Herodes. Ich weiss nicht, wer von euch erwartet hat, heute Morgen hier im Schänzli mit Herodes in einen Topf geworfen zu werden – einem, der sich von einem einzelnen Baby so bedroht fühlt, dass er sich zu einem Massenmord an Kleinkindern hinreissen lässt. Aber, wenn ich sage, wir sitzen in einem ähnlichen Boot wie er, dann meine ich nicht zwingend, dass wir so sind wie er. Doch ich denke, es könnte sich lohnen, uns mal anzuschauen, wie Herodes auf diese Art der Bedrohung reagiert hat und uns zu überlegen, wie wir uns in diesen unsicheren Zeiten verhalten.

Herodes zeigt uns exemplarisch, wie Menschen, die sich einer Bedrohung ausgesetzt fühlen, sich aber nicht in einer unmittelbaren Gefahr befinden, oft handeln. Er fängt an zu mauscheln. Er holt sich bei Priestern und Gesetzesgelehrten zwar Informationen ein, lässt sich von ihnen aber nicht in dem Sinne beraten. Er zieht seine eigenen Schlüsse und trifft sich anschliessend wieder mit den Sterndeutern, diesmal aber im Geheimen. Den Sterndeutern bindet er die Geschichte auf, dass auch er dem neuen König huldigen möchte und sie ihn

deswegen dringend informieren müssen, sobald sie wissen, wo dieser sich genau aufhält. Empfundene Bedrohung ist ein schwieriges Gefühl, denn die Angst ist nicht eine Emotion, über die man gerne spricht. Gesteht man die Angst gegenüber anderen ein, dann macht man sich verletzlich, zeigt Schwäche. Wer keinen Ort hat, an dem man einfach mal schwach sein darf, läuft Gefahr die Abwendung einer Bedrohung mit sich selbst auszumachen. Herodes will keine Blöße zeigen und beschliesst, das Problem heimlich unter der Hand aus dem Weg zu räumen.

An Herodes Beispiel sehen wir auch, wie gefährlich Mächtige werden können, wenn sie sich bedroht fühlen. Als er merkt, dass ihn die Sterndeuter hintergangen haben, lässt er seine Maske fallen und holt zum Rundumschlag aus. Anstatt nur ein einzelnes Kind zu töten, begeht er einen Massenmord an allen Jungen bis zu zwei Jahren in der Grossregion Bethlehem. Was daraus resultiert ist eine Art Kettenreaktion. Fühlte sich vorher lediglich einer bedroht, wobei die Gefahr noch nicht einmal akut war, ist die Bedrohung nun plötzlich für viele Menschen ganz real. Ironischerweise hatte seine Aktion aber nicht einmal die erhoffte Wirkung, denn Jesus überlebt.

Wenn wir heute in die Welt schauen, dann sehen wir einen alarmierenden Trend. Nationalistisches Denken ist vielerorts auf dem Vormarsch. Die vielen verschiedenen Bedrohungen, denen sich die Menschen heute ausgesetzt sehen, führen dazu, dass viele nicht mehr ein grosses «Wir», sondern ein «Wir gegen Sie» sehen. In vielen Ländern werden Rufe nach «Wir zuerst!» laut. Dass darunter am Ende die Ärmsten und die Schwächsten leiden, zeigt sich, wenn zum Beispiel Deutschland die Mittel für humanitäre Hilfe im Vergleich zum Vorjahr beinahe halbiert und neu mehr als eine Milliarde Euro weniger zur Verfügung stellt. Wer sich hin und wieder in den Kommentarspalten von Schweizer Medien herumtreibt, kann da die Forderung, dass man doch bitte zuerst schauen soll, dass es allen Schweizerinnen und Schweizern gut geht, bevor man anderswo hilft, immer mal wieder lesen. Die Tendenz, wie Herodes einfach mal selbst zu wursteln, ist global definitiv erkennbar. Während für uns hier in grossen Teilen Europas die ultimativen Bedrohungen noch relativ fern sind, sind sie an anderen Orten bereits ganz real. Und was wir derweil versuchen, um Bedrohungen von uns abzuwenden, hat unter Umständen das Potential bereits akute Bedrohungen anderer noch weiter zu verschärfen.

Wir fühlen uns bedroht – wir als Gesellschaft versuchen uns gegen diese Bedrohungen zu stemmen. Ich fühle mich bedroht – ich bin Teil dieser Gesellschaft. Als Gesellschaft haben wir Macht – wie auch Herodes. Wie setzen wir diese Macht ein? Fördern wir durch unser Verhalten Bedrohungen für andere oder gelingt es uns Bedrohungskettenreaktionen zu verhindern?

Ich fühle mich bedroht und oftmals ohnmächtig. Ich kann die politische Weltlage nicht beeinflussen. Ich kann die Klimakrise nicht abwenden. Ich kann auch nichts gegen die Verbreitung von KI-generierten Fake News tun. Und was mich besonders ohnmächtig fühlen lässt, ist die Tatsache, dass es sich oft auch so anfühlt, dass wir auch als gesamte Gesellschaft nichts

mehr ausrichten können – denn schlussendlich besteht diese ja auch nur aus vielen kleinen Ichs, die alleine nichts bewirken können und oft auch nicht immer das gleiche bewirken wollen. Genau da liegt die Gefahr begraben. Wer in diesem Gedankenkarussell gefangen ist, kommt unweigerlich zum Schluss: «Wenn ohnehin nichts mehr zu retten ist, dann schaue ich zuerst mal, dass es mir und meinen Allernächsten gut geht.»

In wenigen Tagen feiern wir Weihnachten. Wir feiern Jesu Geburt. Jesus, der schon in jüngster Kindheit Bedrohung erfahren hat und darum auf der Flucht gewesen ist. Jesus, der uns gelehrt hat, nicht nur auf uns selbst zu schauen, sondern auch unseren Nächsten und darüber hinaus alle, bis hin zu unseren Feinden, zu lieben. Mir fällt das, wie vielen von euch wahrscheinlich auch, sehr schwer. Ich glaube sogar, dass es gar unmenschlich ist, dies zu können. Und doch glaube ich, dass es heute wichtiger ist, denn je, dass wir uns immer wieder auf dieses wichtige Gebot Gottes besinnen. In den empfundenen Bedrohungen fühlen wir uns oft ohnmächtig, denn wirklich was ausrichten können wir nicht. Was uns dann bleibt, ist Möglichkeiten zu finden, vermeintlich doch etwas tun zu können oder mindestens sagen zu können, was denn zu tun wäre. Dazu sind wir gerne auf der Suche nach Schuldigen, auf die wir oder unsere Gesellschaft zumindest tatsächlich Zugriff haben.

Erst kürzlich erzählte mir eine Bekannte von den Problemen ihres Partners, der in seinen Fünfzigern eine neue Stelle suchen musste. Und sie erklärte mir, dass einen so eine Situation durchaus rassistisch werden liesse. Denn während all die Flüchtlinge einen Job bekämen, bekäme er als Schweizer nur Absagen. Ich musste leer schlucken. Denn ich spürte ihre Verzweiflung. Und ich verstand, dass die Bedrohung ausgesteuert zu werden Angst macht und emotional ist. Und auch, dass es kurzfristig wohl guttut, seinem Ärger mal Luft zu machen und zu sagen, wer denn möglicherweise Schuld ist an dem Ganzen. Doch ich sah auch die Gefahr, die darin liegt, den eigenen Frust auf eine bereits marginalisierte Personengruppe abzuwälzen. Ein absolut menschlicher Bewältigungsmechanismus, der aber der unseligen Bedrohungskettenreaktion ein weiteres Glied anfügt. Wenn wir nichts mehr tun können, dann bleibt uns oft nur die Sprache. Je nachdem wie wir über Dinge sprechen, verändert das auch unsere Sicht über sie. Befinde ich mich in einer Echokammer, in der ich von allen Seiten immer wieder die gleiche Meinung höre, können Bedrohungen aufgebauscht oder aber auch kleingeredet werden. Mit welcher Sprache über Dinge gesprochen wird, formt unser Denken und Handeln. Nicht nur unser persönliches Denken und Handeln, sondern auch das der gesamten Gesellschaft. Werden Extremstmeinungen salonfähig, kann es für Aussenstehende und Minderheiten gefährlich werden – denn dann verschiebt sich langsam, aber sicher auch das, was wir als Gesellschaft an Handlungen akzeptieren. Auch wenn wir manchmal das Gefühl haben, dass wir gegen die gesellschaftliche Entwicklung nichts mehr ausrichten können, dann ist es umso wichtiger, dass wir nicht einfach verstummen, sondern dass wir uns in Wort und Tat dafür einsetzen, dass Bedrohungskettenreaktionen wo immer möglich gebrochen werden. Lasst uns immer wieder reflektieren, wie wir über Bedrohungen sprechen, wem wir welche Schuld daran zuweisen und wie das unser Denken und Handeln beeinflusst. Lasst uns auch hinterfragen, wer mit seinem Narrativ möglicherweise mit unserer Angst spielt und uns dadurch vor den eigenen Wagen spannt.

Wir hier in der Schweiz haben regelmässig die Gelegenheit unsere Stimme abzugeben und den politischen Kurs des Landes zu beeinflussen. Lasst uns in diesen Entscheidungen von Jesu Leben leiten und nach seinem Willen fragen. Lasst uns gemeinsam mithelfen, dass wir weder persönlich noch als Gesellschaft zu Herodes werden und unsere empfundene Bedrohung einfach weitergeben. In den seltensten Fällen gelingt es uns dadurch nämlich, die Bedrohung von uns auch wirklich abzuwenden.

Ich habe mich sehr schwer getan mit dieser Predigt. Denn ich habe kein Rezept dafür, wie ihr nach Hause gehen und sagen könnt: «Wie schön, jetzt fühle ich mich nicht mehr bedroht.» Die Bedrohungen sind real und sie sind es auch für uns Christen. Auch wir, die mit Gott unterwegs sind, sind nicht einfach allgemein vor Unheil geschützt. Wir haben keine Zusage von Gott, dass sich hier auf der Erde für uns alles einfach so zum Guten wendet.

Was kann ich euch da mitgeben, dass euch die Bedrohungen nicht erdrücken? In wenigen Tagen feiern wir Weihnachten. Wir feiern Jesu Geburt. Auch wenn wir auf dieser Welt nicht vorm Unheil geschützt sind, ist Jesus dennoch unsere Zuversicht. Der Engel Gottes kündigte Jesus Geburt mit den folgenden Worten an: «Fürchtet euch nicht, denn siehe, ich verkünde euch eine große Freude, die dem ganzen Volk zuteilwerden soll: Heute ist euch in der Stadt Davids der Retter geboren; er ist der Christus, der Herr.» (Lukas 2,10-11)

Jesus kam vor 2000 Jahren in dunkle Zeiten und ist in dunklen Zeiten auch heute noch immer unser grosses Versprechen, an das wir uns halten dürfen. Auch in unsicheren Zeiten dürfen wir darauf vertrauen, dass die grosse Freude zu guter Letzt dem ganzen Volk zu Teil werden soll. In Zeiten der für uns unabwendbaren Bedrohungen bleibt uns indes nur, darauf zu vertrauen, dass kommt, was kommen muss und dass Gott alles in seiner starken Hand hat. Und auf unser Denken und Handeln Acht zu geben, uns von Jesus Vorbild leiten zu lassen und wo immer möglich Bedrohungen nicht weiterzugeben, sondern Bedrohungsketten zu durchbrechen.

Amen