

Auf Gott vertrauen?!

Gedanken zur Zuversicht, ohne Gefahren zu vernachlässigen

Religionspädagogische Anregungen

Gedanken für Erwachsene

Angst ist ein Gefühl, das bei einer nicht zu greifenden Gefahr entsteht. Sie ist im menschlichen Gehirn, im Limbischen System verankert. Sie ist nicht an sich schlecht, sondern ein Instrument zum Überleben. Das Gehirn sagt sich allerdings: „Lieber zehnmal einen Fehlalarm zur Angst geben als einmal nicht aufpassen.“ Insofern reagiert der Mensch auch mit Angst, bevor klar ist, ob die Angst eigentlich hilfreich ist. Das ist, verkürzt gesagt, unsere Grundkonstitution, mit der wir gerade alle die Corona-Krise erleben.

Dabei ist natürlich klar: Furcht vor Ansteckung, wenn bei Erkrankung Gefahr für das Überleben besteht, ist sehr angemessen und genau so handeln wir ja auch gerade gesamtgesellschaftlich, zum Glück. Aber gibt es eine Möglichkeit, die angemessene Furcht von einer diffusen Angst zu trennen? Wir können wir denn die nächsten Wochen, Monate durchstehen, wenn der Stresslevel groß ist, hochgepuscht von – unangemessener – Angst?

Die Bibel erzählt von Furcht, aber sie gibt dem Menschen gleichzeitig ein Instrument, sie zu bewältigen. Die zuversichtliche Aufforderung „Fürchte dich nicht!“ soll angeblich 365mal in der Bibel vorkommen – das reicht für jeden Tag im Jahr. Sie taucht von der Abrahamerzählung an (1. Mose 15,1) immer wieder auf und begleitet auch die Evangelien von der Ankündigung der Geburt des Täufers (Lukas 1,13) bis zu den Frauen, die am Ostermorgen das leere Grab vorfinden (Matthäus 28,5). Auch diese Ermutigung setzt voraus, dass es Gründe gibt, sich zu fürchten, dass diese Gründe aber nicht das letzte Wort behalten müssen, sondern durch Jesus Christus überwunden und entmachtet – aber immer noch vorhanden und wirksam – sind. Besonders die Psalmen haben Menschen formuliert und genutzt, um Angst zu bewältigen und von Furcht in Hoffnung zu kommen. Auch wenn dort von der Erschütterung des Glaubens die Rede ist, so sind die Psalmen Ausdruck tiefster Gläubigkeit und Zuversicht.

Kann das ein hilfreiches Handlungsangebot für uns heute sein? Ein beruhigendes „Du musst nur glauben“ hat eigentlich selten geholfen. Es geht hier ja um eine Erlebnisebene geht, die nicht aktiv zu steuern ist. „Hab keine Angst!“ ist genauso schwer herzustellen wie „Lieb doch mal ein bisschen mehr!“ Ein solcher Wechsel unterliegt nicht unserer Kontrolle. Zwar kann er sich ereignen, aber nur dadurch, dass uns etwas Liebenswertes und Ermutigendes begegnet oder widerfährt. Wir können das nicht selbst machen. Wir können jedoch durch Bewusstmachung und Übung lernen, mit ihnen so umzugehen, dass wir uns in unserem Handeln nicht völlig von ihnen beherrschen lassen. Was hilft? Gutes suchen und Gegenerfahrungen von Zuversicht und Bewahrt-Sein aktiv bewusstmachen. Das Liebenswerte

und Ermutigende suchen. Texte lesen, die Stärken. Psalmen lesen und uns die Worte und Gedanken ausleihen, noch bevor sie zu unseren eigenen werden.

Religionspädagogische Anregungen für Kinder und begleitende Erwachsene

Die Suche nach Zuversicht brauchen Kinder ebenso wie Erwachsene. Natürlich ist die Bewältigung des Alltages mit allen unabsehbaren Herausforderungen im Fokus. Aber auch für Kinder ist es ebenso wie für Erwachsene wichtig, Möglichkeiten der Unterstützung in der emotionalen Bewältigung in der Krise zu erhalten. Wir stellen Ihnen hier zwei Anregungen zur Verfügung, die auch religionspädagogisch die Corona-Krise aufnehmen.

Mit Kindern Zuversicht aus den Psalmen schöpfen

Gott, manchmal möchte ich dir gerne sagen, was ich denke. Wenn ich Angst habe zum Beispiel, dann sollst du es wissen. Und wenn ich mich freue auch. Manchmal verstehe ich überhaupt nicht, was du machst. Dann denke ich: Was soll denn das? Was denkst du dir dabei eigentlich? Und manchmal möchte ich dich bitten, gut auf mich aufzupassen. Und auf die, die ich liebe. Und manchmal bin ich einfach nur froh und freue mich. Das würde ich dir dann gerne auch erzählen, Gott.

So wie die Menschen früher, die Psalmen aufgeschrieben haben.

Psalm 91 – Begleitet von Gott

Der Psalm

Manchmal denke ich:

Du kannst auf Gott vertrauen.
Du bist geschützt wie unter einem großen Schirm.
Dir geht es gut wie im Schatten eines großen Baumes.
Du bist sicher wie auf einer Burg.
Du kannst auf Gott vertrauen.
Gott bewahrt dich vor Unglück.
Du kannst dich einkuscheln.

Es ist, als ob dich Gott mit Flügeln zudeckt.
Du brauchst keine Angst zu haben.
Du kannst auf Gott vertrauen.
Gott hat seinen Engeln befohlen, dass sie dich behüten auf allen deinen Wegen.

Zur Gestaltung

Auf einem Samttuch werden um eine Figur herum nach und nach Gegenstände ausgelegt

Regenschirm aufspannen

Baum
Burg

Ein festeres Tuch in einem Halbkreis hinter die Figur legen als Schutzwall

Feder oder ausgeschnittener Flügel
Figur über den Kopf streicheln

Weitere Figur dazustellen

Dass sie dich auf den Händen tragen
und dein Fuß nicht an einen Stein stößt.
Du kannst auf Gott vertrauen.
Gott hat dich lieb.

Großen Stein dazulegen; wenn es
möglich ist, nimmt die zweite Figur
die erste auf den Arm
Von Kind zu Kind gehen und jedem
Kind die beiden Sätze zusagen: „Du
kannst auf Gott vertrauen. Gott hat
dich lieb.“

Material

Großes Samttuch, zwei Figuren, ein Regenschirm, ein Baum (ein Blumentopf von der Fensterbank geht auch), eine Burg (z.B. aus Bauklötzen bauen), festeres Tuch, dass zusammengefasst wie ein Schutzwall aufgestellt werden kann, eine große Feder oder ein aus Papier geschnittener Flügel, ein großer Stein

Gut zu wissen

Die Psalmen sind eine sehr alte Sammlung von Liedern für Gottesdienste, allerdings sind ihre Melodien nicht mehr überliefert. In ihnen beten Menschen zu Gott und erzählen vom Leben – alles, was zum Leben dazugehört, kommt in ihnen vor: Vertrauen zu Gott, Hoffnung, Angst, Verfolgung, Errettung, Essen und Trinken, Feindschaft und Beziehungen. Sie machen sichtbar, dass im Kontakt mit Gott alle Bereiche des Lebens Platz haben. Menschen bitten in den Psalmen, dass Gott sie aus Notlagen befreien und ihnen neue Chancen schenken möge. Auch darum, die Bösen zu bestrafen und die Gottlosen zu vernichten.

Der Psalm 91 ermuntert Menschen zu großem Vertrauen und malt das in einer vielfältigen Sammlung von Bildern in unterschiedlichen Vergleichen aus. Sie sagen nicht: Gott ist eine Burg, sondern: bei Gott ist es, als ob man auf einer Burg ist. Die konkreten Bilder von Behütetsein können Kinder stärken und Vertrauen wachsen lassen. Wie gehen wir mit diesem großen Versprechen um, das in dem Psalm steckt: von Gottes Engeln auf den Händen getragen zu werden? Der Psalmtexter geht von der damaligen unerschütterlichen Annahme aus, dass der, der Gott vertraut, mit Unversehrtheit von Gott belohnt wird. Unsere Erfahrung ist eine andere: Wir wissen durchaus, dass auch Menschen, die auf Gott vertrauen, ein Unglück passiert kann. Der Psalm kann verstanden werden als Aufforderung, auch in den schweren Zeiten unseres Lebens das Vertrauen auf Gott nicht aufzugeben. Gott bewahrt nicht vor den dunklen Seiten des Lebens, aber er trägt Menschen hindurch.

Mögliche Themen der Kinder

Ich habe Angst, alles ist gerade so anders – so viele Veränderungen, ich kenne mich nicht mehr aus - ich wünsche mir jemanden, der mich beschützt – ich möchte auf den Arm – ich bin schon groß – ich sehne mich danach, mich einzukuscheln – ich möchte Sicherheit - ich baue mir eine Schutzburg – manchmal stoße ich mich aber doch ziemlich an den Steinen auf meinem Weg – beschützt Gott mich und meine Familie in gefährlichen Zeiten? – wenn doch etwas passiert, hat Gott mich dann nicht lieb?

Praxisidee zur Vertiefung

Aus einem großen Sammelsurium von unterschiedlichen Materialien gestaltet jedes Kind eine Collage auf einem Holzbrett oder einer festen Pappe: Wie stelle ich mir Gott vor? Wie ist es, wenn mich Gott beschützt? Wo komme ich in der Collage vor? Ein Gespräch in der Runde

kann das Gestalten vorbereiten. Anschließend gibt es eine Ausstellung mit kleiner Ausstellungs-Eröffnungs-Feier, zu der die Eltern eingeladen werden können. Lieder von Gott können die Aktion begleiten. Sind Kinder muslimischen Glaubens dabei, ist es wichtig, die muslimische Tradition zu würdigen, Gott nicht darzustellen. Daher bieten sich dann Fragen zur Collagengestaltung an wie: Wenn ich mich von Gott behütet weiß, wie geht es mir dann? Oder: Wie sieht der Ort aus, an dem ich Gott nahe bin?

Psalm 23 – Gut versorgt

Der Psalm

Gott ist wie ein Hirte. Gott passt auf mich auf.

Gott versorgt mich gut.

Ich habe zu essen.

Und genug zu trinken.

Gott sorgt dafür, dass ich es schön habe.

Manchmal bin ich traurig.

Dann erlebe ich: Auch jetzt bin ich nicht allein. Gott ist da. Irgendwann bin ich dann wieder froh.

Bei Gott bin ich Königin, bei Gott bin ich König. Als ob ich mit Salbe gesalbt werde, wie eine Königin, wie ein König.

Zur Gestaltung

Schaf in die Mitte stellen

Schale mit Trauben herumreichen, den Rest zu dem Schaf stellen

Schüssel mit Wasser hinstellen, mit der Hand im Wasser plätschern

Rotes Tuch wie ein Nest um das Schaf legen

Schwarzes Chiffontuch über das Schaf breiten

Schwarzes Tuch zurückrollen, eine Kerze dazustellen und anzünden

Salböl herumgehen lassen, sodass alle Kinder daran riechen können, dann zu dem Schaf stellen

Material

Schaf, Trauben, Schale mit Wasser, rotes Tuch, schwarzes Chiffontuch, Kerze, Gefäß mit Salböl (Babypflegeöl o.Ä.)

Gut zu wissen

Psalm 23 ist einer der bekanntesten Psalmen. In ihm wird eine Gottesbeziehung sichtbar, in der der Mensch wächst und sich Gott annähert: Vom „Schaf“ zum Gast bei einem Mahl und schließlich zum König, der gesalbt wird. Von Gott in der dritten Person nähert sich der Beter Gott an, Gott wird schließlich zum „Du“.

Mögliche Themen der Kinder

Das klingt schön behütet – gut, dass ich nicht mehr traurig sein muss – ich möchte auch, dass immer einer auf mich aufpasst – Gott ist da – es fühlt sich aber gerade gar nicht gut versorgt an, wer passt jetzt auf uns auf? – trotz allem: gerade bin ich glücklich, das Leben ist schön – ...

Praxisidee zur Vertiefung

Gesalbt wurden Menschen, die etwas ganz Besonderes waren, z.B. Könige. Für Gott ist jeder Mensch etwas Besonderes. Die Erzähler*in geht mit einem guten Hautpflegeöl in einem

Töpfchen von Kind zu Kind. Das Kind darf an dem Töpfchen riechen. Dann sagt die Erzähler*in: „Gott hat dich lieb. Du bist etwas ganz Besonderes für Gott.“ Dann wird etwas Öl mit auf das Handgelenk des Kindes gestrichen. (Mögliche Allergien beachten!) Ein Lied kann die Aktion abschließen.

nach: Maike Lauther-Pohl und Jochem Westhof: Gott ist dabei! 60 biblische Geschichten mit Kindern entdecken und gestalten, Gütersloh 2019.