



Andreas Malessa

Einen Airbag für die Seele, bitte! ★★★★★ **Was tun gegen die Angst?**

Brunnen 2020 · 110 S. · 10.00 · 978-3-7655-2098-3

Andreas Malessa ist Theologe, als „Pastor im Bund evangelisch-freikirchlicher Gemeinden“ ordiniert und freigestellt für Jugendarbeit, Hörfunk und Fernsehen. „Ich will in Rede und Schreibe, in Tönen und Bildern kommunizieren, was das praktisch bedeutet. Eine Lebensaufgabe“, sagt er über sich und seine Arbeit in seiner Homepage.

Unter einem „Airbag für die Seele“ kann sich, glaube ich, wohl jeder etwas vorstellen. Ein Airbag verhindert keinen Unfall, mildert aber den Aufprall und kann unter günstigen Umständen Leben retten. Nicht mehr, aber auch nicht weniger. Was aber kann uns helfen, wenn wir Angst haben? Einen Airbag habe ich noch nie tatsächlich gesehen, geschweige denn „erlebt“, aber Angst kenne ich gut, wie wohl jeder. Malessa warnt uns nicht zu Unrecht vor Menschen, die von sich behaupten, vor nichts Angst zu haben. Die Angst hat ja schließlich auch ihr Gutes, schließlich warnt sie uns, mahnt zur Vorsicht, schützt vor Leichtsinn.

Zunächst müsste man aber Angst erst einmal definieren. Was ist die Angst im Gegensatz zur Furcht, was ist Furcht im Gegensatz zu Ehrfurcht? Malessa sagt das erst an fortgeschrittener Stelle, auf jeden Fall habe ich diese Unterscheidung zunächst vermisst. Obwohl Malessa die Unterschiede sehr gut kennt und obwohl er selbst bei Luther, dessen wortschöpferische Übersetzung er ansonsten freilich lobt, einen Mangel an Unterscheidung ankreidet, gebraucht er das Wort zunächst auch ziemlich undifferenziert.

An einer Stelle dachte ich zu wissen, worauf er letztendlich hinauswollte, nämlich die Angst der Sozialphobiker, die Angst vor „Überfremdung“. Das ist zwar auch ein Thema von ihm, aber darin erschöpft sich das Buch dann keineswegs, sondern es werden alle Arten von Ängsten angesprochen und keineswegs weggeredet. Wir müssen mit der Angst leben, es kommt darauf an, *wie* wir mit ihr leben können.

Malessa nimmt die Geschichte von Mose am Dornbusch, um Angst und die Forderungen Gottes deutlich zu machen. „Das liebe ich an der Bibel,“ schreibt Malessa, „ihre unüberbietbare Dichte, ihre hohe Nährstoffkonzentration pro Satz.“ Und er ist der Meinung, dass sich „über all die biografischen Brüche und Katastrophen hinweg langfristig Gottes ‚Segen‘ durchgesetzt hat.“

Es ist ja oft allgemein vom Werteverfall die Rede, dabei aber vergisst man aber leicht die „Unwerte“, die uns selbst (je nach Alter) oder unsere Eltern oder Großeltern geprägt haben, einschließlich der religiösen Erziehung. Malessa nennt dafür viele Beispiele und ist in seiner Wortwahl dabei durchaus drastisch. Und tatsächlich, allein das macht schon Hoffnung und auch Mut.



Aber vor allem geht es natürlich um die Erfahrung der bedingungslosen Liebe Gottes. Die lässt sich nicht herbeireden oder durch Anstrengung erlangen, aber wenn sie einem wichtig ist, dann möchte man sich damit auch gedanklich auseinandersetzen und dann kann solch ein Buch, das jemand geschrieben hat, der dieser bedingungslosen Liebe offenbar nahe gekommen ist, ein Puzzleteil sein, das einem weiterhilft. Und zwar nicht nur, indem man das was Malessa wortgewandt und ideenreich schreibt, einfach so schluckt, sondern indem man sich auch mal daran reibt, auch mal eine andere Position einnimmt und ihm auch mal widerspricht.