



**Radio Bremen 2 – Die Morgenandacht**  
**9.3.2020 – „Fürchte dich nicht!“**  
**Pastorin Andrea Schneider, Oldenburg**

Amerikaner sind wirklich putzig. Jedenfalls, wenn man dem Kalender für kuriose Feiertage folgt. Danach ist heute, am 9. März, „National Panic Day“. Nationaler Panik-Feiertag.

Heute ist es in den USA erlaubt, ja wird geradezu empfohlen, sich bewusst zu machen, wie stressig und überfordernd der Alltag ist und das Leben überhaupt. Darum geht's: Panikgefühle rauslassen – und ja: feiern!

Zum Beispiel so: Vor der Mittagspause mal aufspringen vom Arbeitsplatz im Großraumbüro, rumhüpfen und rausbrüllen: „Es ist mir alles einfach zu viel!“ oder: „Das macht ihr nicht nochmal mit mir!“... Um danach dann den wertigen Kollegen zu wünschen: „Happy panic day!“.

Wer keine Lust hat auf „public celebration“, auf öffentliches Feiern, der sucht für sich privat am Panic Day eine kleine Auszeit, um den Stresspegel runterzudimmen - z.B. mit Yoga-Übungen oder einem schönen Buch oder einem langen Waldspaziergang ...

Tja, vielleicht wirklich gesundheitsfördernd, so ein Panic-Day. Irgendwie typisch deutsch, dass wir Deutsche so einen Feiertag nicht haben. Passt nicht so zu uns. Was allerdings schon passt, ist Panik. Das Gefühl: Alles wird immer schlimmer. Persönlich, gesellschaftlich, weltweit.

Gegen solche trübe Endzeitstimmung versucht der Journalist Walter Wüllenweber anzuschreiben mit seinen Texten. So zum Beispiel heute im Ev. Fastenkalender „Zuversicht. 7 Wochen ohne Pessimismus“. Wüllenweber schreibt:

*„Es geht uns besser als je zuvor. Das ist wissenschaftlich solide belegt. Noch nie waren die Menschen so gesund, so gebildet, so wohlhabend, so frei und so sicher vor Gewalt wie heute. ... Doch diese „frohen Botschaften“ dringen nicht in unser Bewusstsein vor. Denn unsere Gehirne reagieren vor allem auf Gefahren, und die Medien liefern genau diese Art von Informationen, nach denen wir Ausschau halten: Alarm, Terror, Katastrophen. Wer profitiert, sind die Populisten. Sie brauchen den Immerschlimmerismus, die Endzeitstimmung.“*

Dass es uns besser geht als je zuvor, ist für Wüllenweber, der als Kriegsberichtserstatter selbst viel Schlimmes erlebt hat, keine einlullende verharmlosende Wellnessbotschaft.

Es ist die „vernünftige“ Motivation, sich furchtlos zu engagieren. Gegen populistische Schwarzmalerei. Für Frieden und Gerechtigkeit.

Das biblische Motto für diese zweite Woche der Fastenzeit passt da wunderbar: „Fürchte dich nicht!“ Diese Aufforderung kommt ganz oft vor in der Bibel. Sie ist das Mutmach-Wort eines Engels, eines Gottesboten - an Menschen, die sich überfordert, angstvoll, ja panisch fühlen. Vor einer großen Aufgabe. In einer bedrohlichen Situation. Und es ist auch für uns heute ein Anti-Panik- und Anti-Frust-Wort: Fürchte dich nicht! Hab Mut! Geh los!

Gegen allen Immerschlimmerismus: Pack zuversichtlich die Aufgaben an, die heute auf dich warten!