

Quelltor - Hoffnung 1 Wenn die Hoffnung die Angst vertreibt ...

(Alle Bibelstellen Neue Genfer Übersetzung)

Einleitung

- Freitag 22. Juli – Amoklauf im OEG hat den Lauf der Dinge in München verändert
- Abschlussball Realschule Aschheim
- Befreundete Familie Hauptbahnhof beim Abschlussball
- Montag 25. Juli – Person getroffen: „Mein Cousin wurde erschossen, ich kannte den Täter...“

10 Tote, viele Verletzte, Ausnahmezustand in München, **ein Gefühl dominierte die Stadt: ANGST!**

Die Angst der Menschen

So viel Angst war lange nicht: „Nie zuvor im Laufe unserer Umfragen sind die Ängste innerhalb eines Jahres so drastisch in die Höhe geschneit wie 2016“, sagte Brigitte Römstedt, Leiterin des Infocenters der R+V Versicherung, bei der Vorstellung der aktuellen Ergebnisse einer Langzeitstudie des Unternehmens. Der Terrorismus macht den Menschen in Deutschland am meisten Angst: Fast drei Viertel der Bevölkerung sorgen sich deswegen. Damit stieg dieser Wert im Vergleich zum Vorjahr – da waren es noch 52 Prozent – auf 73 Prozent. Das ist der höchste Wert in den vergangenen zwei Jahrzehnten, in denen diese Studie durchgeführt wurde. Zum ersten Mal führt Terror damit die Angst-Skala der Deutschen an.

(Quelle: <http://www.pro-medienmagazin.de/gesellschaft/detailansicht/aktuell/deutschland-in-angst-96794/>)

Was ist Angst

Angst ist ein Grundgefühl, welches sich in bedrohlich empfundenen Situationen äußert. Auslöser können dabei unmittelbare Bedrohungen, wie die oben genannte, sein. Oder aber auch die

- „Angst vor Veränderung“ => Umzug, Schulwechsel, Jobwechsel
- die „Angst vor der Endgültigkeit“ => Ende einer Beziehung, Scheidung, Freundschaftsbruch
- die „Angst vor Nähe“ => Klaustrophobie in Liften oder Menschenmengen
- und andere Ängste...
- Krankhaft übersteigerte Angst wird als Angststörung bezeichnet.

Was bewirkt Angst in uns

- Grundsätzlich alarmiert das Gefühl Angst unser ganzes Wesen und teilt uns mit: „Achtung Gefahr – gehe in Abwehr- oder Verteidigungsstellung. Überlebensmodus an!“ Adrenalin sorgt für Aufmerksamkeit und manchmal sogar „übernatürliche“ Kräfte! (Wissenschaftlich erwiesen)

- Die Angst ist ein die Sinne schärfender Schutzmechanismus, der in Gefahrensituationen ein angemessenes Verhalten (etwa Flucht) einleitet. Diese Aufgabe kann sie nur erfüllen, wenn weder zu viel Angst das Handeln blockiert (Höhenangst) noch zu wenig Angst reale Gefahren und Risiken ausblendet (Adrenalin Junkies).
- Es kann jedoch auch noch vieles anderes in uns bewirken:
 - „Unsicherheiten“ (Bekommenheit, Scheu, Zaghaftheit)
 - „Zwänge“ (Esszwang, Kontrollzwang, Reinigungszwang)
 - „Formen von Furcht“ (Verletzungsfurcht, Versagensfurcht, Berührungsfurcht)
 - „Phobien“ (wie zum Beispiel genannte Klaustrophobie)
 - Bis hin zu „Paniken“ (Angstanfall, Schockstarre, Katastrophenlähmung) oder sogar „Psychosen“ (Neurotische Ängste, Verfolgungswahn, Lebensangst).

Was sagt Gottes Wort zu diesen Ängsten?

1Jo 4,16 Und 'noch etwas gibt uns die **Gewissheit, mit Gott verbunden zu sein:**' Wir haben **erkannt, dass Gott uns liebt**, und haben **dieser Liebe unser ganzes Vertrauen geschenkt**. Gott ist Liebe, und wer sich von der Liebe bestimmen lässt, lebt in Gott, und Gott lebt in ihm.

1Jo 4,17 Wenn das bei uns der Fall ist, hat uns die Liebe von Grund auf erneuert. Dann werden wir dem Tag des Gerichts voll Zuversicht entgegensehen können; denn auch wenn wir noch in dieser Welt leben, sind wir doch wie Christus mit dem Vater verbunden.

1Jo 4,18 **Wo die Liebe regiert, hat die Angst keinen Platz; 'Gottes' vollkommene Liebe vertreibt jede Angst.** Angst hat man nämlich dann, wenn man mit einer Strafe rechnen muss. Wer sich also noch 'vor dem Gericht' fürchtet, bei dem ist die Liebe noch nicht zum vollen Durchbruch gekommen.

1Jo 4,19 '**Der tiefste Grund für unsere Zuversicht liegt in Gottes Liebe zu uns:**' Wir lieben, weil er uns zuerst geliebt hat.

- Wir haben Gewissheit mit Gott verbunden zu sein!
- Wir haben erkannt, dass Gott uns liebt und haben ihm unser ganzes Vertrauen geschenkt!
- Wo seine Liebe regiert, da hat die Angst keinen Platz!
- Gott sehnt sich danach, dass wir frei sind von unseren Ängsten!

Die Angst der Jünger

Mk 4,35 **Der Sturm auf dem See** - Am Abend jenes Tages sagte Jesus zu seinen Jüngern: "Wir wollen ans andere Ufer fahren!"

Mk 4,36 Sie schickten die Menge nach Hause, stiegen in das Boot, in dem Jesus bereits war, und fuhren mit ihm ab. Einige andere Boote begleiteten sie.

Mk 4,37 Plötzlich brach ein heftiger Sturm los; die Wellen schlugen ins Boot, und es begann sich mit Wasser zu füllen.

Mk 4,38 Jesus aber schlief im hinteren Teil des Bootes auf einem Kissen. **Die Jünger weckten ihn und schrien: "Meister, macht es dir nichts aus, dass wir umkommen?"**

Mk 4,39 Jesus stand auf, wies den Wind in seine Schranken und befahl dem See: "Schweig! Sei still!" Da legte sich der Wind, und es trat eine große Stille ein.

Mk 4,40 **"Warum habt ihr solche Angst?", sagte Jesus zu seinen Jüngern. "Habt ihr immer noch keinen Glauben?"**

Mk 4,41 **Jetzt wurden sie erst recht von Furcht gepackt.** Sie sagten zueinander: "Wer ist nur dieser Mann, dass ihm sogar Wind und Wellen gehorchen?"

- Die Jünger waren schon einige Zeit mit Jesus unterwegs: Besessene wurden frei von Dämonen, Kranke wurden geheilt, etc.
- Ein Sturm, Wellen, die ins Boot schlugen, das Boot füllte sich mit Wasser!
- **Wie hättest du reagiert? => Ganz ehrlich, ich hätte auch etwas Angst gehabt, obwohl ich die Wunder vorher erlebt hatte.**
- Der erste Weg zur Besserung ist immer die Einsicht: Du darfst zugeben Angst zu haben und du darfst dies sogar einer vertrauten Person mitteilen!
- Vers 39 => Jesus klärt die Situation.
- Vers 40 => Jesus gibt eine Lektion.
- „Habt ihr immer noch keinen Glauben?“ Was ist Glauben?
- Hebr 11,1 **Was Glaube ist** - Was ist denn der Glaube? Er ist ein Rechnen mit der Erfüllung dessen, worauf man hofft, ein Überzeugt Sein von der Wirklichkeit unsichtbarer Dinge.
- „Da packte sie die Furcht“ – aus Angst wurde Furcht, vielleicht eine gewisse Ehrfurcht „Wer ist nur dieser Mann, dass ihm sogar Wind und Wellen gehorchen?“

Wenn die Hoffnung die Angst vertreibt

- Fakt ist: Gott hat unsere Gefühle erschaffen und in uns gepflanzt
- Fakt ist: Angst soll uns eigentlich grundsätzlich als Schutzmechanismus dienen
- Fakt ist: Ängste können uns lähmen, gefangen nehmen, dominieren und uns des Lebens berauben!
- Fakt ist: Jesus sagt, in Johannes 10,10 „ Ich bin gekommen, um ihnen Leben zu bringen - Leben in ganzer Fülle.“ => Das genaue Gegenteil!
- Fakt ist: Wenn wir lernen Gott zu vertrauen und erkennen, wie sehr er uns liebt. Und ihm unser Leben komplett anvertrauen, seiner Stimme folgen und immer wieder Hoffnung, Vertrauen und Glauben aus seinem Wort schöpfen. **Dann werden wir erleben, wie die Hoffnung unsere Angst vertreibt. Dieser Zustand oder Prozeß nennt sich Jüngerschaft. Du bist nicht nur ein Fan von Jesus, oder wendest dich an ihn, wenn du ihn mal wieder brauchst. Nein, du bist in einer aktiven, täglichen Beziehung mit ihm. Im Dialog mit seinem Wort und seinem Heiligen Geist. Er ist dein Fundament und nicht dein Krücke.**
- Fakt ist: In manchen Fällen schadet es nicht professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Ganz im Gegenteil: Oftmals ist die Kombination von professioneller Hilfe und seelsorgerlicher Begleitung das optimale Verfahren, um bei schwerwiegenden Ängsten Heilung und Wiederherstellung zu erfahren.

Joh 8,12 **Jesus Christus - das Licht der Welt** - Ein anderes Mal, als Jesus zu den Leuten sprach, sagte er: "Ich bin das Licht der Welt. Wer mir nachfolgt, wird nicht mehr in der Finsternis umherirren, sondern wird das Licht des Lebens haben."

2Tim 1,7 Denn Gott hat uns nicht einen Geist der Ängstlichkeit gegeben, sondern den Geist der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit.

Quelleitior