

# Biblische Ratschläge über Ängste

*Ein Artikel P.D. Tripp. Übersetzung mit freundlicher  
Genehmigung*

Wir befinden uns in einer Zeit der Schwierigkeiten. Da dachte ich, dass es wichtig wäre über die Angst zu sprechen.

Dies möchte ich euch mitteilen, während die Welt aufgrund der Pandemie in allen Bereichen in Sorge und Panik verfällt.

Hier sind, so glaube ich, einige biblische Ratschläge für dich.

## **Fürchte dich, aber gebe der Angst nicht nach.**

Das mag dir widersprüchlich erscheinen, aber lass es mich erklären. Es ist nicht unbiblisch, es ist kein Mangel an Glauben, sich zu fürchten. Furcht ist eine von Gottes guten Gaben an uns. Lass uns dazu drei gesunde, geistlich angemessene Arten von Angst betrachten.

- a. Die erste Art von Angst ist die Angst vor Gott. Das ist eine Angst, die ich heilige Ehrfurcht nennen würde. Es ist die Ehrfurcht vor Gott, seiner

Herrlichkeit, Gegenwart, Macht, Souveränität, sowie seinen Geboten, und Befehlen, die uns veranlasst, sich ihm mit unserem Leben zu unterwerfen. Ihn freudig und diszipliniert anzubeten, seine Gebote zu halten, zu seiner herrlichen Gnade zu laufen. Diese heilige Ehrfurcht ist etwas, das im Herzen eines jedes Menschen sein sollte.

b. Die zweite Angst würde ich als „schnelle Reaktion“ bezeichnen.

Es ist eine Art Angst, die eine Mutter haben würde, wenn sie sieht, wie ihr Kind die Treppe herunterfällt und sie rennt los um es zu packen, bevor es verletzt wird. Es ist diese spontane Fähigkeit zur Reaktion. Wir müssen nicht denken, wir müssen nicht analysieren, wir müssen nicht nachdenken, wir müssen nicht überlegen, es ist die Angst, die uns zum Handeln treibt. Das ist eine gute Sache. Loben wir Gott, dass wir diese Angst haben.

c. Und die dritte Art von gesunder Angst würde ich als „angemessene Sorge“ bezeichnen.

Es ist die Art von Angst, die uns packt, wenn wir mit Gefahr konfrontiert werden. Wir sind nicht in wilder, verrückter Panik, wir verlieren nicht den Verstand, aber wir sind ernüchtert durch das, was uns

bevorsteht. Und weil uns das Bevorstehende ernüchtert, denken, analysieren, erwägen und entscheiden wir, und wir treffen gute Entscheidungen, um uns und unsere Lieben in einem Moment der Gefahr zu schützen.

Heilige Ehrfurcht, schnelle Reaktion, angemessene Besorgnis sind drei Arten von Ängsten, die gesund und gottesfürchtig sind. Gott hat uns die Fähigkeit gegeben, uns zu fürchten, weil Er uns liebt, weil Er uns schützen will, weil Er will, dass diese Ängste uns zu Ihm ziehen, dass sie uns zueinander ziehen und dass sie uns dazu bringen, angesichts der Gefahr weise Entscheidungen zu treffen.

### **Aber das zweite, was ich gesagt habe, ist: Gebe der Angst nicht nach**

Es gibt noch eine andere Art von Angst. Und ich würde diese Angst wie folgt charakterisieren: Als nachdenkende Angst und auch als gottvergessende Angst.

Wenn wir zulassen, dass unsere Gedanken von der Gefahr, der wir gegenüberstehen, kontrolliert werden, ist das alles, woran wir denken, worüber wir lesen, worüber wir sprechen und worüber unsere Gedanken sich kreisen. Dann werden unsere Gedanken und unser Nachsinnen von der Angst kontrolliert, von dem, was uns bevorsteht und je mehr wir darüber nachdenken, desto größer wird

die Angst und desto unmöglicher erscheint uns die Situation.

Das Problem ist hier nicht, dass wir in Gefahr stehen. Das Problem ist ein Problem des Nachdenkens. Wir haben zugelassen, dass das, womit wir es zu tun haben, unsere Gedanken kontrolliert.

Und deshalb ist diese Art von Angst eine gottvergessende Angst.

Wir vergessen, dass es einen Herrn der Herrlichkeit und Weisheit, der Güte, der Kraft und der Gnade gibt, der auf dem Thron seines Universums sitzt. Für ihn gibt es keine Schwierigkeiten, egal welcher Art, keine Schwierigkeiten, egal welche Person, Ort oder Sache; keine Pandemie hat die Macht, seine guten und herrlichen Versprechen an seine Kinder aufzulösen.

Wenn unser Blick nur noch horizontal ist, können die Dinge völlig außer Kontrolle geraten. Aber wenn man in die Vertikale blickt, versteht man, dass diese Welt unter sorgfältiger Kontrolle ist. Vielleicht verstehen wir gerade nicht, warum Gott es zulässt, dass solche Dinge in unser Leben kommen. Aber wir wissen, wer er ist und wir wissen, was er tun kann.

Wir wissen, was er versprochen hat. Wir wissen, dass Er gestern, heute und morgen derselbe ist. Wir dürfen uns

also nicht von unserem Denken über Schwierigkeiten und Sorgen so beherrschen lassen, dass wir „gottvergessend“ werden.

Ich sag es mal so, nur um dieses Thema ins Gleichgewicht zu bringen: Der biblische Glaube wird niemals verlangen, dass du die Realität verleugnest. Wenn du die Realität verleugnen müsstest, um zu persönlichem Herzensfrieden zu kommen, dann hast du vielleicht vorübergehenden Herzensfrieden, aber du hast keinen biblischen Glauben ausgeübt.

Ich liebe das vierte Kapitel im Römerbrief, wir finden dort das Beispiel Abrahams. Abraham hatte sein ganzes Leben auf eine einzige Verheißung Gottes gesetzt. Sie bestand darin, dass er und Sarah einen Sohn bekommen sollten, aus dem eine große Nation hervorgehen werde und aus dieser Nation würden alle Nationen der Erde gesegnet werden. Alles, was Abraham tat, alle seine Entscheidungen und Beschlüsse basierten auf dieser einzigen Verheißung, doch der Sohn kam nicht. Und Sarah war weit über dem gebärfähigen Alter. Und die Bibel sagt hier etwas Interessantes: sie sagt, dass Abraham über das Absterben von Sarahs Mutterleib nachdachte, und das sagt Ihnen etwas.

Dieser Mann hat die Realität nicht geleugnet. Er starrte der Unmöglichkeit dieser Situation ins Gesicht. Doch dann

heißt es, er sei im Glauben stark geworden, er sei immer mehr davon überzeugt, dass Gott, der das Versprechen gab, dazu in der Lage sei, es zu erfüllen. Nun, das sagt uns etwas über das Nachdenken von Abrahams.

Wir wissen, dass der Kampf um Abraham in dieser Zeitspanne chaotisch war. Aber er gelangte zu der Überzeugung, dass Gott tun konnte, was er versprochen hatte, auch wenn es horizontal unmöglich schien. Warum wurde er überzeugt? Je mehr er über die Gegenwart, die Macht, die Verheißungen, die Herrlichkeit des Gottes, der die Verheißung gegeben hatte, nachdachte, desto mehr wurde er davon überzeugt, dass er es tun konnte.

Siehst du, man muss nicht die Realität verleugnen, um ein guter treuer Anhänger Gottes zu sein. Der biblische Glaube ist ehrlich in Bezug auf das, was uns bevorsteht. Die Bibel ist schockierend ehrlich in Bezug auf die Schwierigkeiten, denen wir in dieser gefallenen Welt zwischen der bereits erfolgten Bekehrung und der noch nicht erfolgten Heimkehr begegnen werden. Aber wir müssen diese Realitäten durch die Linse der Gewissheit darüber betrachten, wer Gott ist, wer wir als seine Kinder sind und was er uns versprochen hat.

Deshalb sagt David in Psalm 27, was er in diesem Augenblick schrecklicher persönlicher Schwierigkeiten tun möchte. Ich will in den Tempel gehen und die Schönheit

des Herrn bestaunen. Er wollte ihn sehen. Er sah welche Schwierigkeiten ihm bevorstehen und deshalb wollte er sich erinnern, wer Gott ist, damit seine Einschätzung gemildert würde.

Man könnte sagen, dass du die hässlichen Dinge, denen du in dieser gefallenen Welt begegnest, nie richtig verstehen wirst, wenn du sie nicht durch die überwältigende Schönheit ihres Schöpfers, ihres Erlösers, betrachtest.

Er ist herrlich in der Liebe, er ist herrlich in der Weisheit, er ist herrlich in der Macht, er ist herrlich im Lobpreis, er ist herrlich in der Treue, er ist herrlich, er ist schön. Also, was ich dir sagen würde, wenn du Entscheidungen triffst, um mit einer schwierigen Sache umzugehen, mit der wir alle heute konfrontiert sind, ist:

Fürchte dich, aber weiche nicht der Angst, gebe ihr nicht nach. Die Angst oder Furcht vor Gott ist in diesem Augenblick eine schöne Sache. Sie wird dich zu Ihm hinziehen. Diese schnellen Reaktionen in Augenblicken der Gefahr sind ein von Gott gegebenes Geschenk. Nachzudenken und angemessene Bedenken zu entwickeln, die es dir ermöglichen, weise Entscheidungen zu treffen, ist eine gute Sache. Aber erlaube es dir nicht, deine Gedanken über Schwierigkeiten kreisen zu lassen und Gott zu vergessen.

Gott ist auf seinem Thron. Keine Pandemie kann etwas an der Tatsache ändern, dass er gestern, heute und morgen derselbe ist. Mögest du in Ihm ruhen. Mögest du gute Entscheidungen treffen. Aber möge sich diese Sache nicht darin auflösen, dass du gottvergessend bist. Und weil du meist in Panik gottvergessend bist, möge Gott uns auch allen helfen, Seine Weisheit zu leben, wenn wir uns dieser Sache heute stellen.

Fürchte dich, aber gebe nicht der Angst nach.