

Wort der Hoffnung_20 – „Hab‘ keine Angst!“

In einem gewissen Maß ist Angst oder Furcht gesund. Wir bekommen „Angst“, wenn wir uns bedroht fühlen. Angst ist ein ganz natürliches Gefühl des Menschen. Gott hat sie in uns hineingelegt. Sie gehört zu unserem Überlebensmechanismus. Sie erhält uns am Leben. Sie schützt uns vor Gefahr.

Aber es gibt auch ungesunde Angst. Das griechische Wort, das hierfür im Neuen Testament verwendet wird ist *phobos* – von dem wir unser Wort „Phobie“ ableiten. Dabei handelt es sich um ungesunde Angst. Das Verhältnis von Angst und Bedrohung stimmt nicht. Eine falsche Einschätzung oder Wahrnehmung wird für real gehalten. Wir überschätzen in der Situation die Gefahr und unterschätzen gleichzeitig unsere Fähigkeit, mit ihr fertig zu werden.

Zu den häufigsten Phobien gehören Ängste rund um die Gesundheit, unsere Finanzen, das Älterwerden, den Tod, Einsamkeit, Ablehnung, Scheitern, die Angst in der Öffentlichkeit zu sprechen, die Furcht vor dem Fliegen, der Höhe, vor Schlangen und Spinnen. Auch die Angst, etwas zu verpassen oder selbst nichts Besonderes zu sein.

Corrie ten Boom, die im KZ Ravensbrück unzählige berechnete Angst-Momente erlebte, hat uns die prägnante Aussage hinterlassen **„Mut ist Angst die gebetet hat.“** Diese Aussage hat sie erlebt und durchlebt, sie hat vor allem aber auch erkannt, dass sich „hab keine Angst“ wie ein roter Faden durch die Bibel zieht. Die Worte **„hab keine Angst“** finden sich nämlich 366 Mal im Wort Gottes – einmal für jeden Tag des Jahres (Schaltjahre wie 2020 eingeschlossen!).

In Corona-Zeiten ist es wichtig sich nicht von ungesunder Angst bestimmen zu lassen. Dazu gehört sicherlich ein „gesunder“ Medienkonsum, d.h. sich zum einen von der dauerhaften Corona-Berichterstattung immer wieder zu lösen und sich zum anderen aber auch nicht in eine mediale oder virtuelle Scheinwelt zu flüchten.

Das Wort Gottes ist heilsam für unseren **Geist** (ihm bringt es geistliche Nahrung und Hoffnung), für unsere **Seele** (ihr gibt es Kraft und Zuversicht) und für unseren **Leib** (ihm bringt es Heilung). Darum ist es wichtig, dass meine Gedanken von Gottes Reden in der Bibel bestimmt werden und nicht von einer ungesunden Angst.

Säe einen Gedanken und du erntest eine Tat, säe eine Tat und du erntest eine Gewohnheit, säe eine Gewohnheit und du erntest einen Charakter, säe einen Charakter und du erntest ein Schicksal.

In dieser Linie spricht auch Gott durch sein Wort zu uns:

Verachte meine Worte nicht, sondern präg sie dir fest ein! Sie sind der Schlüssel zum Leben und erhalten deinen ganzen Körper gesund. Was ich dir jetzt rate, ist wichtiger als alles andere: Achte auf deine Gedanken, denn sie entscheiden über dein Leben! Sprüche 4, 21-23

Herzliche Grüße, Rainer Hopper

Kernerstr. 22, 74405 Gaildorf; Tel d.: 07971/3244

Das Gemeinschaftshaus in Gaildorf ist zum Gebet geöffnet, Mo-Sa. von 16.00-17.30 und So von 11.00-12.00 Uhr. HERZLICHE Einladung – mehr unter www.gaildorf.sv-web.de / murrhardt.sv-web.de