

## Die Bewältigung von Krisen – Teil 37

Quelle:

[https://www.youtube.com/watch?v=6A4BfelU\\_EM&list=PLlvzikYtsFA5vLiZwM4dS6x9aQ5KtORVg&index=13](https://www.youtube.com/watch?v=6A4BfelU_EM&list=PLlvzikYtsFA5vLiZwM4dS6x9aQ5KtORVg&index=13)

2. April 2021 – Pastor Brandon Holthaus

### Depressionen – Teil 3

#### Fälle von Depression in der Bibel

##### Sprüche Kapitel 15, Vers 13

**Ein fröhliches Herz macht das Angesicht heiter, aber bei Bekümmernis des Herzens ist der Mut gebrochen.**

Ein „bekümmertes“ oder „gebrochenes Herz“ sind in der Bibel stets Phrasen, mit denen eine Depression beschrieben wird. Damit sind die Seele und der damit verbundene menschliche Geist gemeint. Und eine Depression greift beides an. Das ist ein allgemeines Problem seit Anbeginn der Menschheitsgeschichte. Aber in alten Zeiten wurde dieser Zustand nicht als Depression bezeichnet.

Schauen wir uns dazu den Charakter von David an. Er war in seinem Leben über so manche Dinge traurig und bekümmert, weil andere Menschen ihm böse Dinge angetan hatten. Er war oft so trostlos, dass er über seine vergossenen Tränen in der Nacht sprach und darüber, dass ihm alles zuviel war.

##### Psalmen Kapitel 42, Teile 10-12

**10 Ich sage zu Gott, meinem Felsen: »Warum hast Du mich vergessen? Warum muss ich trauernd einhergehen unter dem Druck des Feindes?« 11 Wie Zermalmung liegt mir in meinen Gebeinen der Hohn meiner Dränger, weil sie den ganzen Tag zu mir sagen: »Wo ist nun dein Gott?« 12 Was betrübst du dich, meine Seele, und stürmst so ruhelos in mir? Harre auf Gott! Denn ich werde Ihm noch danken, Ihm, meines Angesichts Hilfe und meinem Gott.**

##### Psalmen Kapitel 43, Vers 5

**Was betrübst du dich, meine Seele, und stürmst so ruhelos in mir? Harre auf Gott! Denn ich werde Ihm noch danken, Ihm, meines Angesichts Hilfe und meinem Gott.**

##### Psalmen Kapitel 42, Verse 4-5

**4 Meine Tränen sind meine Speise geworden bei Tag und bei Nacht, weil man den ganzen Tag zu mir sagt: »Wo ist nun dein Gott?« 5 Daran will ich gedenken – und meinem Schmerz freien Lauf in mir lassen –, wie einst ich dahinschritt in dichter Schar, mit ihnen wallte zum Hause Gottes, umbraust von lautem Jubel und Lobgesang inmitten der feiernden Menge.**

David wusste einfach nicht, wie er aus der jeweiligen Situation herauskommen sollte. Er brauchte dringend Hilfe, um wieder auf die Beine zu kommen, wie ein Schaf, das wegen zu schwerer Wolle auf dem Rücken liegt. Seine Depression äußerte sich in Form von:

- Dem Gefühl, total abgelehnt zu werden
- Einsamkeit
- Einer Menge Selbstmitleid
- Hoffnungslosigkeit
- Trauer
- Kummer

Viele Gläubige in der Bibel haben gesagt: „Ich wünschte, ich wäre nicht geboren worden.“ Auch das ist ein sicheres Zeichen dafür, dass eine Depression vorlag. All diese Menschen sprachen da nicht von einer kurzzeitigen Traurigkeit, sondern beschrieben die klassischen Symptome einer Depression.

Ein weiteres Beispiel dafür ist Hanna, die unter ihrer Kinderlosigkeit schwer zu leiden hatte:

### **1.Samuel Kapitel 1, Verse 6-18**

**6 Dann kränkte aber ihre Nebenfrau (Nebenbuhlerin) sie mit lieblosen Reden, um sie zu ärgern, weil der HERR ihr Kindersegen versagt hatte. 7 So ging es Jahr für Jahr: Sooft sie zum Hause des HERRN hinaufzog, kränkte jene sie so, dass sie weinte und nichts aß. 8 Elkana, ihr Gatte, fragte sie dann: »Hanna, warum weinst du, und warum isst du nicht, und warum bist du so betrübt? Bin ich dir nicht mehr wert als zehn Söhne?« 9 Als man nun einst wieder in Silo in der Halle gegessen und getrunken hatte, stand Hanna auf und trat vor den HERRN, während der Priester Eli gerade auf dem Stuhl an einem der Türpfosten des Tempels des HERRN saß. 10 In tiefer Bekümmernis und unter vielen Tränen betete sie zum HERRN 11 und sprach folgendes Gelübde aus: »Gott, HERR der Heerscharen! Wenn Du das Elend Deiner Magd ansehen und meiner gedenken und Deine Magd nicht vergessen willst und Deiner Magd einen männlichen Spross schenkst, so will ich ihn Dir, HERR, für sein ganzes Leben weihen, und kein Schermesser soll an sein Haupt kommen.« 12 Als sie nun lange Zeit so vor dem HERRN betete, stieg in Eli, der ihren Mund beobachtete – 13 Hanna redete nämlich leise für sich, nur ihre Lippen bewegten sich, während man ihre Stimme nicht hören konnte –, der Gedanke auf, sie sei betrunken; 14 und er sagte zu ihr: »Wie lange willst du dich noch wie eine Trunkene benehmen? Werde endlich wieder nüchtern!« 15 Da erwiderte ihm Hanna: »Ach nein, Herr, ich bin eine unglückliche Frau! Wein und berauschende Getränke habe ich nicht genossen, sondern mein Herz vor dem HERRN ausgeschüttet. 16 Halte deine Magd nicht für ein verworfenes Weib! Denn nur infolge meiner großen Bekümmernis und Traurigkeit habe ich so lange gebetet.« 17 Da entgegnete ihr Eli: »Gehe hin in Frieden! Der Gott Israels möge dir die Bitte gewähren, die du an Ihn gerichtet hast!« 18 Sie erwiderte: »Lass deine Magd (Dienerin) deiner Huld empfohlen sein!« Damit ging die Frau ihres Weges und aß,**

## **und ihr trauriges Aussehen war verschwunden.**

Hanna hatte offensichtlich viele Symptome einer Depression.

Leider ist es heutzutage so, dass wenn jemand in christlichen Kreisen zugibt, dass er unter einer Depression leidet, viele Theologen diese Menschen an den Pranger stellen, weil sie sich so schlecht fühlen. Und sie sagen zu den Betroffenen: „Du solltest dich nicht so fühlen. Du musst mit Gott ins Reine kommen. Erhole dich, und sieh zu, wie du damit fertig wirst. Und dann mach weiter.“

Mit so einer Theologie zeigen Christen auf, dass sie die Bibel nicht kennen und beweisen dadurch, dass sie nicht relational denken können. Was die Welt anbelangt, haben sie ein Schwarz-Weiß-Denken, und sie behaupten fälschlicherweise: „Wenn du erlöst wärst, hättest du keine Depression.“ Doch das ist völliger Quatsch!

Es gibt sehr viele Gläubige, die Depressionen haben. Und diese bizarre Einstellung dieser Theologen, Pastoren und Berater macht die ganze Sache nur noch schlimmer. Sie helfen dem depressiven Gläubigen nicht. Ganz im Gegenteil: Sie beschämen diese Person noch und geben ihr die Schuld für ihre Gefühle!

Die Beratung einer depressiven Person ist nicht einfach. Dazu muss der Berater herausfinden, ob der Depression ein Hirnschaden oder einem chemischen oder biologischen Fehler zugrunde liegt. Die Depression muss nicht zwangsläufig eine geistliche Angelegenheit sein, was bedeutet, dass die betroffene Person vom biblischen Standpunkt aus gesehen nicht korrekt denkt oder die Realität nicht richtig wahrnimmt. Doch manchmal ist es auch eine rein medizinische Sache, die von einem Arzt behandelt werden muss.

Merkwürdigerweise hat man durch eine Studie herausgefunden, dass ältere Christen mehr Depressionen haben als jüngere. Wir sehen zwar jetzt viele junge Gläubige, die wegen der Corona-Krise depressiv geworden sind. Im Allgemeinen sprechen ältere Christen nicht über ihre Depressionen. Obwohl sie geistlich reifer sind als junge, scheinen sie, was das anbelangt, immer noch Probleme zu haben. Eigentlich müssten es ja eher die jungen Gläubigen sein, weil sie im Leben mehr unter Stress stehen und noch nicht so viel biblisches Verständnis haben.

## **Aber wie kann das sein, dass ältere Christen mit hoher biblischer Erkenntnis und geistlicher Reife mehr unter Depression zu leiden haben als junge Gläubige?**

Abgesehen von medizinischen Gründen kann es daran liegen, dass ihnen das, was sie sehen, wenn sie auf ihr Leben zurückblicken, nicht gefällt und sie es nicht richtig einschätzen können, was ihnen da alles widerfahren ist. Sie wünschen sich, dass ihr

Leben anders verlaufen wäre. Da gibt es vieles, was sie bedauern und eine Menge Fehler, die sie bereuen.

Weil sie das Ganze nicht von der biblischen Perspektive aus angehen, spukt das Unverarbeitete ständig in ihrem Kopf herum. Und da sie niemals mit einem älteren Heiligen gesprochen haben, sind sie ständig griesgrämig, zynisch und engherzig. Nichts kann sie mehr glücklich machen. Das ist ein deutliches Anzeichen für eine Depression.

Es gibt 2-3 Mal so viele depressive Frauen wie Männer. Damit will ich nicht sagen, dass Männer keine Depressionen bekommen. Das trifft auch auf sie zu, nur bei Frauen ist dies häufiger der Fall. Vielleicht liegt es an den Hormonen, wer weiß? Es ist erwiesen, dass viele Frauen, die Hormonprobleme haben, nicht wissen, dass diese die Ursache für ihre Depression sind. Wenn dem so ist, wird ihnen ein Arzt mit Sicherheit helfen können.

Wenn die Depression eine andere Ursache hat und der Arzt nichts Körperliches feststellt, merken sie dennoch, dass etwas mit ihnen nicht stimmt. Und wenn die Depression nicht behandelt wird, zerstört das die Familie der Betroffenen, weil das Auswirkungen auf ihre Ehe und ihre Kinder hat, da sie engherzig und ständig müde sind. Und oft endet die Depression mit der Scheidung.

Auch andere Menschen in ihrem Umfeld können ihre radikalen Stimmungsschwankungen, die immer schlimmer werden, nicht mehr ertragen.

Doch das Problem könnte ganz leicht gelöst werden, wenn sie zum Arzt gingen, sich untersuchen ließen und danach in eine geistliche Lebensberatung gehen würden. Doch aus irgendeinem Grund tun sie das nicht, was ich nicht verstehen kann, wo doch jegliche Hilfe für sie verfügbar ist.

Frauen neigen dazu, die schlimmen Dinge, die sie erlebt haben, persönlich zu nehmen und sich selbst die Schuld dafür zu geben. Doch das ist ein Denkfehler, weswegen sie seelisch immer weiter abstürzen.

Depressive Männer andererseits versuchen, ihren Problemen zu entfliehen. Sie flüchten sich in:

- Sport
- Hobbys
- Fernsehen
- Sexuelle Besessenheit
- Alkohol

Damit betäuben sie das Gefühl, mit ihrer Lebenssituation nicht umgehen zu können.

Frauen nehmen das, was ihnen an schlimmen Dingen im Leben widerfahren ist, persönlich und die Männer flüchten vor der Realität. Doch leider führt das zu weiteren Problemen, nämlich dazu, dass sie körperliche Beschwerden bekommen, denn ihr Immunsystem bricht zusammen, so dass sie anfällig für Viren werden. Darüber hinaus kann Folgendes passieren:

- Ihr Blutdruck steigt
- Sie sind sehr oft erkältet
- Sie bekommen Diabetes
- Bestimmte Organe funktionieren nicht mehr richtig

Dadurch sind sie gezwungen, jemanden zu fragen, was da gerade in ihrem Leben vor sich geht.

In den Beratungen kann ich ihnen erklären, dass dies die Folge von Stress und von ihrer Depression ist. Frauen spüren die Depression in ihrem Gefühlsleben in Form von Traurigkeit und Schuldgefühlen, während sie sich bei Männern in deren Verhaltensweisen zeigt, wobei Zorn, Frustration und Feindseligkeit eine große Rolle spielen.

Wenn Du diese Anzeichen bei Dir entdeckst, empfehle ich Dir dringend, zunächst einen Arzt zu konsultieren und Dir dann einen bibeltreuen Berater, Therapeuten oder Pastor zu suchen, der sich mit Depressionen auskennt.

Jeder, der an einer Depression leidet, will sie loswerden und möchte es vermeiden, dass sie sein ganzes Leben, seine Ehe und sein Umfeld beeinträchtigt.

Die letzten Tage vor der Entrückung wird für uns noch eine harte Zeit werden. Darauf müssen wir vorbereitet sein. Da können wir uns keinen depressiven Zustand leisten.

FORTSETZUNG FOLGT

Mach mit beim [http://endzeit-reporter.org/projekt/!](http://endzeit-reporter.org/projekt/)\*

Bitte beachte auch den Beitrag In-eigener-Sache