

Die Bewältigung von Krisen – Teil 46

Quelle: <https://www.youtube.com/watch?v=4wDeXuUt28s>
5. April 2021 – Pastor Brandon Holthaus

Die Überwindung der Angst – Teil 1

Was ist Angst?

Eine Menge Menschen haben mit Angst zu kämpfen, und es werden täglich mehr.

Als Pastor und Berater habe ich schon im letzten Jahr angefangen zu sehen, dass dadurch, was jeder in dieser Krise mitgemacht hat, viel Angst aufgekommen ist. Und die Menschen haben schwer damit zu kämpfen. Manche bekommen zuweilen regelrechte Panikattacken. Sie fürchten sich vor einem drohenden Unheil, das in Zukunft über sie hereinbrechen könnte. Sie suchen nach Auswegen, die aber manchmal nicht gut für sie sind.

Das allgemeine Angstgefühl bringt die Menschen an die Grenze des Erträglichen und macht sie:

- Wütend
- Müde
- Depressiv
- Hoffnungslos
- Hilflos

Deshalb wollen wir hier ein wenig über Angst reden, wie man am besten damit umgeht, wie man dafür sorgen kann, dass sie weniger wird und wie man verstehen kann, was gerade auf der Welt vor sich geht.

Diejenigen die die Bibel kennen, wissen, dass viele Dinge, die seit letztem Jahr auf der Welt passieren, mit biblischer Prophetie zu tun haben. Dass dies jetzt alles geschieht, zeigt uns auf, dass jetzt die 7-jährige Trübsalzeit unmittelbar bevorsteht. Dafür ist nun alles vorbereitet, und nichts und niemand wird diese Periode aufhalten können.

Bis jetzt haben wir gedacht, unser Leben würde normal ablaufen. Doch nun soll diese „neue Normalität“ kommen; aber diese macht den Menschen sehr viel Angst. Als Jüngerinnen und Jünger von Jesus Christus müssen wir lernen, damit umzugehen.

Einige der Probleme sind für uns lösbar; doch die vielen schlimmen Dinge, die gerade auf der Welt geschehen, werden nicht mehr vergehen, sondern sogar noch schlimmer werden. Gott wird während der 7-jährigen Trübsalzeit eingreifen, und erst dann, wenn Jesus Christus wieder mit den Seinen auf die Erde zurückkehrt, wird Er alles wieder in Ordnung kommen.

Doch bis dahin müssen wir wissen, wie wir mit den Problemen angstfrei umgehen sollen.

Zunächst wollen wir etwas Grundsätzliches klären. Angst kommt von der Furcht vor dem, was die Zukunft bringen wird und in welche prekäre Situationen wir da kommen könnten. Dabei stellen wir uns Untergangsszenarien vor, was bei uns Hoffnungslosigkeit auslöst. Deshalb lehnen es die meisten Christen ab, sich mit biblischer Prophetie zu beschäftigen. Sie wollen sich auch nicht bewusst machen, was da gerade auf der Welt vorgeht. Der Grund dafür ist, weil sie sich vor der Zukunft fürchten. Und die biblische Prophetie löst bei ihnen Zukunftsängste aus.

Aber das ist eine Fehlinterpretation, denn Bibelprophetie ist einzig und allein dazu gedacht:

- Um uns auf die Zukunft vorzubereiten
- Unseren Glauben an Gott zu verstärken
- Unser Vertrauen auf Jesus Christus zu vergrößern

Denn alles, was noch geschehen wird, ist uns in der Heiligen Schrift vorausgesagt. Doch wenn Menschen das falsch auslegen und die Dinge nicht richtig wahrnehmen, bekommen sie Angst vor der Bibelprophetie und bei den gegenwärtigen Ereignissen. Deshalb lösen sie sich davon und wollen nichts damit zu tun haben, weil das alles zu viel für sie ist. Sie wollen sich eigentlich nicht ängstigen, und sie fühlen sich gar nicht wohl in dieser Weltuntergangsstimmung.

Deshalb vermeiden sie es, sich mit der Endzeit zu befassen. Das ist schade; denn dafür ist die Bibelprophetie absolut NICHT gedacht. Diese Reaktion ist die Folge der unbiblischen Wahrnehmung der Dinge und der Realität dieser Menschen, die allerdings typischerweise auf ihren Lebenserfahrungen basiert, auf dem, was man ihnen beigebracht hat und auf einem eventuellen Trauma. All das bestimmt, wie sie die gegenwärtigen Ereignisse sehen und was für Zukunftsvorstellungen sie haben.

Diese gilt es zu entwirren, damit der Stress aufhört. Angst hat mit der Sorge um die Zukunft zu tun. Furcht und Sünde können dann als Sünde betrachtet werden, wenn die Person sich vor etwas fürchtet, wovor sie sich nicht fürchten sollte. Dabei handelt es sich um eine abnormale Furcht, die auf einem unrealistischen, katastrophalen Gedankengebäude basiert, das größer ist als die tatsächlichen Ereignisse.

Einige behaupten, Angst sei wie Stress. Doch das stimmt nicht. Das sind zwei völlig verschiedene Dinge, die man nicht verwechseln sollte.

Es gibt guten und schlechten Stress. Stress ist Teil unserer Umwelt, der uns dazu

antreibt, aktiv zu bleiben, wie zum Beispiel in der Schule die Klassenarbeiten. Dieser Stress kommt von außen und ist hilfreich, damit die Kinder bereit zum Lernen sind, damit ihnen ein guter Schulabschluss gelingt und sie danach eine gut bezahlte Arbeitsstelle finden. Eine in Aussicht stehende Beförderung treibt den Arbeiter oder Angestellten dazu an, fleißig zu sein. Das ist ebenfalls guter Stress, der uns zu guten Lebensbedingungen verhilft.

Wer keinerlei Termine hat, zu dem er irgendeine Leistung abzuliefern hat, hat irgendwie das Gefühl, nicht weiterzukommen und stumpft meist mit der Zeit mental, körperlich, emotional und geistlich ab, was überhaupt nicht gut ist. Nehmen wir einmal an, Du wärst finanziell völlig unabhängig, so dass Du nie mehr in Deinem Leben arbeiten müsstest, und der ganze Stress wäre weg. Das wäre überhaupt keine gesunde Situation.

Wir Menschen sind in dieser gefallenen Welt nicht dazu geschaffen, keinen Stress zu haben. Aber wir sollen guten Stress haben, damit wir lernen und geistlich wachsen.

Schlechter Stress kommt offensichtlich daher, dass von außen Dinge in unser Leben eintreten. Oft ist dieser Stress so heftig und hält so lange an, dass wir ihn kaum aushalten können. Von daher kommt es auf den Umfang und die Länge der Stressperiode an. Bei der Arbeit können wir eine Weile mit zusätzlichem Stress umgehen, der zum Beispiel bei manchen Firmen durch die Weihnachtszeit bedingt ist oder in der Landwirtschaft durch die Erntezeit. Aber diejenigen, die in der jeweiligen Branche arbeiten, wissen, dass und wann dieser Stress vorüber gehen wird.

Doch wenn der Stress zu viel wird und länger anhält, als erwartet, gibt es körperliche Zusammenbrüche mit Ermüdungserscheinungen, die mit Depressionen einhergehen. Das ist dann natürlich schlechter Stress und führt zu biophysikalischen Schäden, die uns aufzeigen, dass er zu groß war und zu lange angedauert hat. Wir sprechen hier von Stress, der von außen auf uns einwirkt.

Angst dagegen ist Stress, der aus unserem Inneren kommt und mit Sorgen einhergeht. Das ist ein großer Unterschied, den wir kennen sollten, damit wir wissen, wie wir am besten damit umgehen. Manche Menschen sagen „Ich bin total gestresst“, während sie in Wahrheit total verängstigt sind.

Wenn der Stress von außen kommt, kann man ihn dadurch auflösen, dass man dem Stress-Faktor ausweicht, indem man zum Beispiel in Urlaub fährt oder sich eine Pause oder mehr Ruhe gönnt, um sich zu erholen.

Aber Angst, die in Deinem Inneren aufkommt, wirst Du niemals los, weil sie ein Teil

von Dir ist. Dabei handelt es sich um eine Geistes- und Gefühlshaltung. Die Angst trägst Du stets mit Dir herum. Selbst im Urlaub ist sie Dein ständiger Begleiter. Bei der Arbeit ist sie natürlich besonders störend.

Angst ist immer zukunftsorientiert. Wenn sie zu stark wird, haben wir das Gefühl, als würde gleich die Welt untergehen. Das Gehirn geht darauf ein und gibt Dir den Gedanken ein: „Irgendetwas Schlimmes wird demnächst passieren“. Auch an den restlichen Körper werden Signale ausgesendet, und er knüpft an die Angst an. So beginnt dieser Prozess.

Und es hat mit unserem Denken zu tun. Es verursacht die Angst, kontrolliert und nährt sie. Es ist dann typisch für uns, dass wir uns Sorgen machen, dass uns etwas Schlimmes widerfahren könnte. Wenn eine verängstigte Person etwas über biblische Prophetie, die Welteinheitsregierung oder die kommende digitale Währung hört, hat sie schon die Befürchtung, das Jüngste Gericht würde demnächst losbrechen. Dann sorgt die Angst in ihrem Inneren dafür, dass sie sich die Dinge schlimmer ausmalt, als dass sie in Wirklichkeit in Erscheinung treten werden.

Selbst als Christ hört diese Person einfach damit auf, Gott zu vertrauen. Sie sieht Ihn bei alledem nicht. Und jede schlimme Nachricht wird zu einer Katastrophe aufgebauscht.

Zweifellos ist Sorge ein Zeichen für Glaubensmangel. Wenn also jemand sagt: „Ich weiß nicht, was die Zukunft mir bei all diesem Chaos auf der Welt bringt“, dann ist sein Denken der Auslöser dafür, das wiederum meistens durch Glaubensmangel zustande kommt. Menschen, die das sagen, sind entweder Ungläubige oder unreife Christen, welche die biblischen Grundsätze nicht kennen und nicht wissen, was Gott im Hinblick auf Seinen Schutz, Seine Gegenwart und Seine Fürsorge für Seine Kinder und was Er über Sich Selbst sagt, nämlich, dass Er ein liebender Gott ist.

Sie verstehen Seine Verheißungen nicht, wie zum Beispiel die, dass die Jüngerinnen und Jünger von Jesus Christus entrückt werden bevor die wirklich schreckliche 7-jährige Trübsalzeit beginnt. Es stehen so viele Dinge in der Bibel, die sie beruhigen könnten. Doch sie wenden diese Dinge einfach nicht in ihrer jeweiligen Situation an.

Das ist der Grund, weshalb Angst und Sorge vom biblischen Standpunkt aus gesehen als Sünde betrachtet wird. Denn es ist eine Sorge wegen einer Zukunft, von der sie NICHT glauben an:

- Gottes Gegenwart
- Seinen Schutz
- Seine Fürsorge

- Seine Verheißungen
- Sein gütiges Wesen

und an all die anderen Dinge, die über Ihn in der Bibel stehen, die Er für Seine Kinder tun wird.

FORTSETZUNG FOLGT

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

Bitte beachte auch den Beitrag In-eigener-Sache