



Wir leben in einer gefährlichen Welt. Millionen von Menschen fürchten sich, machen sich Sorgen oder leiden unter Ängsten. Das Time Magazin schrieb: „Mehr als je zuvor machen wir uns krank vor Sorgen.“ Können Sie Ihre Ängste überwinden?

Der Stress des alltäglichen Lebens kann uns töten. Wir pendeln im überfüllten Straßenverkehr, haben mit egoistischen und streitsüchtigen Menschen zu tun und stehen vor einer Vielfalt finanzieller, sozialer und persönlicher Probleme. Und zu diesem Stress kommt dann noch die Furcht vor Terroranschlägen, Naturkatastrophen und Seuchen, die jeden treffen können!

Wie viele von uns sind „krank vor Sorge“? Ein Zeitschriftenartikel beobachtete: „Es gibt sicherlich eine Vielzahl von Ängsten unter den Menschen. Angstneurosen – worunter Gesundheitsexperten Ängste verstehen, die so stark vorherrschen, dass sie das Leben bestimmen – sind die am weitesten verbreiteten psychischen Störungen in den Vereinigten Staaten von Amerika. In ihren verschiedenen Formen von spezifischen Phobien bis zur generalisierten Angstneurose sind 19 Millionen Amerikaner betroffen.“ („*Understanding Anxiety*“ [Angst verstehen], *Time*, 10. Juni 2002, Seite 48).

Wie besorgt und ängstlich sind Sie? Was können Sie tun, um inneren Frieden zu finden? Was können Sie tun, um Ihre Ängste zu überwinden? Hier sind sieben „Schlüssel,“ die Ihnen helfen können, Ihre Ängste in den Griff zu bekommen.

Schlüssel 1: Bereiten Sie sich auf die prophezeite Zukunft vor

Dieses Prinzip ist so wichtig, dass der weise König Salomo es gleich zwei Mal im Buch der Sprüche erwähnte: „Der Kluge sieht das Unglück kommen und verbirgt sich; die Unverständigen laufen weiter und leiden Schaden“ (Sprüche 22, 3; 27, 12). Wir müssen uns den realen Gefahren einer zunehmend bedrohlicheren Welt stellen und uns entsprechend darauf vorbereiten. Wir müssen uns rüsten, indem wir die vielfältigen Gefahren der heutigen Zeit kennen und uns mit der Realität auseinandersetzen. Nur zu viele Menschen entscheiden sich dafür, sich lieber vor der Realität zu verstecken und in eine Scheinwelt der Unterhaltungsmedien, der Drogen und des Alkoholmissbrauchs abzutauchen.

Eine richtige Vorbereitung auf die prophezeite Zukunft wird Ihnen helfen, Ihre Ängste zu überwinden. Jesus sagte, dass wir prophezeite Ereignisse verstehen können. Nach einer Beschreibung der Ereignisse, die vor seiner Wiederkehr stattfinden würden, ermutigte er uns, indem er hinzufügte: „So auch ihr: wenn ihr seht, dass dies alles geschieht, so wisst, dass das Reich Gottes nahe ist. Wahrlich, ich sage euch: Dieses Geschlecht wird nicht vergehen, bis es alles geschieht. Himmel und Erde werden vergehen, aber meine Worte vergehen nicht“ (Lukas 21, 31-33).

Jesus sagte, wir sollten im Hinblick auf die prophezeiten Ereignisse wachsam bleiben, damit wir dann wissen, „dass das Reich Gottes nahe ist.“ Er sagte nicht, dass wir anhand der prophetischen Zeichen *vermuten* können, dass das Reich Gottes nahe ist, sondern dass wir **wissen** können, wann das Reich Gottes nahe ist. Er gab uns dazu folgende Warnung in Lukas 21, 34: „Hütet euch aber, dass eure Herzen nicht beschwert werden mit Fressen und Saufen und mit täglichen Sorgen.“

Jesus warnt uns dann, dass uns dieser Tag nicht unerwartet treffen soll, „denn er wird über alle kommen, die auf der ganzen Erde wohnen. So seid allezeit wach und betet, dass ihr stark werdet, zu entfliehen diesem allen, was geschehen soll, und zu stehen vor dem Menschensohn“ (Lukas 21, 35-36).

Wir müssen die Weltereignisse hinsichtlich der prophezeiten Zeichen, von denen Jesus sprach, aufmerksam verfolgen. Gott wird die Nationen am prophezeiten Tag des Herrn richten, der in über 30 Prophezeiungen der Bibel erwähnt wird. Gott zeigte den Israeliten im Altertum sehr deutlich, dass es Segnungen für Gehorsam und einen Fluch für Ungehorsam gibt. Unsere degenerierte und zunehmend unmoralische westliche Welt wird einen hohen Preis zahlen. Diese

Warnung hat Gott ausgesprochen: „Werdet ihr mir aber nicht gehorchen und nicht alle diese Gebote tun und werdet ihr meine Satzungen verachten und meine Rechte verwerfen, dass ihr nicht tut alle meine Gebote, und werdet ihr meinen Bund brechen, so will auch ich euch dieses tun: Ich will euch heimsuchen mit Schrecken [engl. „**Terror**“]“ (3. Mose 26, 14-16).

Könnte uns das bevorstehen? Viele gewinnen den Eindruck, dass die Welt, wie es die Zeitschrift *Economist* am 19. Oktober 2002 auf der Titelseite darstellte, zu einer „Welt des Terrors“ wird. Gibt es irgendeine Ecke der Welt, die sich vor Terrorangriffen sicher fühlen kann? Terrorismus kann man heute überall finden. Selbst in den bisher so geschützten Vereinigten Staaten von Amerika lebten im Herbst 2002 Millionen von Menschen um Washington DC in Furcht, sobald sie ihre Wohnungen verlassen mussten, weil zwei Heckenschützen ihr Unwesen trieben. Es brauchte nur zwei Männer, um so viele Millionen zu terrorisieren. Multiplizieren Sie dies mit den Tausenden von Terroranschlägen, die es jedes Jahr auf der ganzen Welt gibt, und Sie erkennen, dass die Zeitschrift *Economist* Recht hatte: Wir leben heute in einer *Welt* des Terrors.

Wir müssen uns der Realität dieser prophezeiten Endzeitereignisse stellen. Jesus sagte: „Hütet euch aber, dass eure Herzen nicht beschwert werden mit Fressen und Saufen und mit täglichen Sorgen.“ Aber er sagte auch: „So seid allezeit wach und betet, dass ihr stark werdet, zu entfliehen diesem allen, was geschehen soll, und zu stehen vor dem Menschensohn“ (Lukas 21, 36).

Der Terror auf der Welt kommt noch zu unseren persönlichen Ängsten hinzu. Aber es gibt Hoffnung und die gute Nachricht der Rückkehr Jesu Christi, um für tausend Jahre über Gottes Reich auf Erden zu regieren. Wenn wir uns unsicher und unwissend fühlen, kann dies zu Verwirrung und Depression führen. Aber Jesus ermutigte uns: „[Ihr] werdet die Wahrheit erkennen, und die Wahrheit wird euch frei machen“ (Johannes 8, 32). Ja, Sie können von Unsicherheit befreit werden. Sie *können* die Zukunft kennen!

Schlüssel 2: Machen Sie sich Ihre Prioritäten klar

Die Bibel macht deutlich, wie unsere Prioritäten im Leben verteilt sein sollten. Wir sollten beten, wie Jesus uns lehrte: „Dein Wille geschehe wie im Himmel so auf Erden“ (Matthäus 6, 10). Suchen Sie den Willen Gottes? Oder folgen Sie der Welt nach? Der Apostel Jakobus schrieb: „Ihr Ehebrecher und Ehebrecherinnen, wisset ihr nicht, dass die Freundschaft mit der Welt Feindschaft gegen Gott ist? Wer

immer der Welt Freund sein will, macht sich zum Feinde Gottes“ (Jakobus 4, 4; Schlachter-Übersetzung).

Millionen von Menschen folgen ständig den neuesten „Trends“ und Modeerscheinungen und passen sich der Welt an. Sie streben nicht danach, den Zweck ihres Daseins zu erfüllen. Sie wissen sogar nicht einmal, was dieser Zweck ist! Was hat nach Jesu Aussage die höchste Priorität? „Trachtet zuerst nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit, so wird euch das alles zufallen“ (Matthäus 6, 33).

Wenn Sie sich einmal dazu entschlossen haben, nach dem Reich Gottes zu streben, dann finden Sie inneren Frieden. Dann können Sie Sorgen, Phobien und Ängste überwinden. Wenn Sie aber wankelmütig sind – mit einem Fuß in der Welt stehen und mit einem Fuß versuchen, den Weg der Bibel zu gehen – werden Sie nirgends ankommen! Jesus sagte über diesen Wankelmüt: „Niemand kann zwei Herren dienen: entweder er wird den einen hassen und den andern lieben, oder er wird an dem einen hängen und den andern verachten. Ihr könnt nicht Gott dienen und dem Mammon“ (Matthäus 6, 24).

Versuchen Sie, zwei Herren zu dienen? Diese Unentschlossenheit fördert nur Ängste. Jesus sagte weiter: „Darum sollt ihr nicht sorgen und sagen: Was werden wir essen? Was werden wir trinken? Womit werden wir uns kleiden? Nach dem allen trachten die Heiden. Denn euer himmlischer Vater weiß, dass ihr all dessen bedürft. Trachtet zuerst nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit, so wird euch das alles zufallen“ (Matthäus 6, 31-33). Das ist Ihre Berufung! Nach den wirklich wichtigen Dingen zu trachten wird uns helfen, an Glauben zu wachsen. Und Glaube ist ein Gegenmittel gegen Sorgen!

Die Bedeutung von Prioritäten war Thema des 1974 am meisten verkauften Buchs von Alan Lakein, *How to Get Control of Your Time and Your Life* [Wie Sie die Kontrolle über Ihre Zeit und Ihr Leben bekommen]. Der Autor schlug vor, dass sich jeder drei einfache Fragen stellen sollte: Was sind meine Ziele im Leben? Wie werde ich die nächsten drei Jahre verbringen? Und wenn ich jetzt wüsste, dass ich in sechs Monaten vom Blitz getroffen tot umfallen würde, wie würde ich bis dahin leben?

Diese Fragen – besonders die letzte von ihnen – sollten Ihnen helfen, zwischen den wichtigsten und den weniger wichtigen Prioritäten in Ihrem Leben zu unterscheiden. Sind Ihre Prioritäten auch die Prioritäten Gottes? Leben Sie nach den Prioritäten, die Gott in seinem „Bedienungshandbuch“ für uns – der Bibel – vorgegeben hat? Die Bibel offenbart Prioritäten, die Ihrem Leben einen echten Sinn geben können. Wenn Sie seinen Anweisungen folgen, *können* Sie inneren Frieden finden.

Schlüssel 3: Bereuen Sie Ihre Sünden

Wenn wir sündigen und wissen, dass wir gesündigt haben, fühlen wir uns schuldig. Wir erwarten, dass uns etwas Schlimmes passiert – und siehe da, es passiert etwas Schlimmes. Der Patriarch Hiob sagte: „Denn was ich gefürchtet habe, ist über mich gekommen, und wovon mir graute, hat mich getroffen“ (Hiob 3, 25). Manche nennen dies „eine sich selbst erfüllende Prophezeiung.“

Wir müssen im Gebet unsere Sünden bekennen. Seien Sie offen und ehrlich mit Gott. Wie der Apostel Johannes schrieb: „Wenn wir aber unsere Sünden bekennen, so ist er treu und gerecht, dass er uns die Sünde vergibt und reinigt uns von aller Ungerechtigkeit“ (1. Johannes 1, 9). Wir müssen unseren Ängsten, Sorgen und Sünden gegenüberreten. Wenn wir unsere Sünden wirklich bereuen, wird Gott uns vergeben. Dann können wir frei sein von allen Sorgen und Ängsten, die ein schlechtes Gewissen mit sich bringt! Christen **können** inneren Frieden haben!

Gott erlaubt uns, viele Erfahrungen im Leben zu machen, damit wir aus unseren Fehlern und Erfahrungen lernen. Der Apostel Petrus erklärte, dass eine Zeit des Gerichts kommen wird, in der wir für unseren Lebenswandel und unsere Einstellung Rechenschaft ablegen müssen. „Es wird aber des Herrn Tag kommen wie ein Dieb; dann werden die Himmel zergehen mit großem Krachen; die Elemente aber werden vor Hitze schmelzen, und die Erde und die Werke, die darauf sind, werden ihr Urteil finden. Wenn nun das alles so zergehen wird, wie müsst ihr dann da stehen in heiligem Wandel und frommem Wesen, die ihr das Kommen des Tages Gottes erwartet und erstrebt, an dem die Himmel vom Feuer zergehen und die Elemente vor Hitze zerschmelzen werden“ (2. Petrus 3, 10-12).

Wir müssen unser Verhalten überprüfen und bereuen, was bedeutet, dass wir unser Verhalten und unser Denken verändern. Reue bedeutet Umkehr – in die entgegengesetzte Richtung zu gehen. Dazu müssen wir unsere Sünden vor Gott bekennen und ihn um Vergebung bitten. In der Folge müssen wir dann Gottes Gerechtigkeit gehorchen und können das Opfer Jesu Christi als Bezahlung für unsere Sünden annehmen. Wer wirklich bereut hat und getauft wurde, um so zu zeigen, dass er das Opfer Christi annimmt, kann ein neues Leben beginnen. Der Apostel Paulus beschrieb die Bedeutung der Taufe so: „Was sollen wir nun sagen? Sollen wir denn in der Sünde beharren, damit die Gnade um so mächtiger werde? Das sei ferne! Wie sollten wir in der Sünde leben wollen, der wir doch gestorben sind?“ (Römer 6, 1-2). Millionen von Menschen, die sich zum Christentum bekennen, glauben, dass man die Zehn Gebote Gottes nicht mehr einzuhalten braucht, wenn man

einmal unter der Gnade steht. Mit anderen Worten: Man kann in der Sünde verharren und Gottes gerechtes und heiliges Gesetz übertreten, weil man unter der Gnade steht. Aber was sagte Paulus? „Das sei ferne!“ Paulus beschrieb dann, mit welcher tiefgründiger Einstellung wir uns taufen lassen sollten: „Oder wisst ihr nicht, dass alle, die wir auf Christus Jesus getauft sind, die sind in seinen Tod getauft? So sind wir ja mit ihm begraben durch die Taufe in den Tod, damit, wie Christus auferweckt ist von den Toten durch die Herrlichkeit des Vaters, auch wir in einem neuen Leben wandeln“ (Verse 3-4). Das ist die Frucht der Reue!

Phobien von A bis Z

Akrophobie	-	Furcht vor Höhe
Bibliophobie	-	Furcht vor Büchern
Dipsophobie	-	Furcht vor Getränken
Ergophobie	-	Furcht vor Arbeit
Felinophobie	-	Furcht vor Katzen
Geliophobie	-	Furcht vor Gelächter
Homilophobie	-	Furcht vor Predigten
Ichthyophobie	-	Furcht vor Fischen
Klaustrophobie	-	Furcht vor engen Räumen
Lalophobie	-	Furcht vor dem Sprechen
Myktophobie	-	Furcht vor Dunkelheit
Nekrophobie	-	Furcht vor dem Tod
Olfaktophobie	-	Furcht vor Gerüchen
Pantophobie	-	Furcht vor allem
Rhytiphobie	-	Furcht vor Falten
Suriphobie	-	Furcht vor Mäusen
Technophobie	-	Furcht vor Technologie
Verbophobie	-	Furcht vor Worten
Xenophobie	-	Furcht vor Fremden
Zoophobie	-	Furcht vor Tieren

Quelle: www.phobialist.com

Schlüssel 4: Beten Sie im Bezug auf alles, was Ihnen Sorgen macht

Welche Lösung hatte Paulus für Ängste? Welchen Rat gab er uns, um mit Sorgen und Ängsten umzugehen? Er schrieb: „Sorgt euch um nichts, sondern in allen Dingen lasst eure Bitten in Gebet und Flehen mit Danksagung vor Gott kund werden“ (Philipper 4, 6). Mit anderen Worten: Teilen Sie im Gebet Ihre Sorgen, Ängste und Bedenken mit Gott!

Besprechen Sie mit Gott die Details Ihrer Probleme. König David tat dies sehr oft. Wir können seine Klagen, Frustrationen und persönlichen Gefühle in seinen Gebeten nachlesen, die in den Psalmen überliefert sind. Sechszwanzig Mal in den Psalmen flehte David Gott an: „Errette mich!“ Ein solches Gebet lautete: „Errette mich, mein Gott, von meinen Feinden und schütze mich vor meinen Widersachern. Errette mich von den Übeltätern und hilf mir von den Blutgierigen“ (Psalm 59, 1-2).

Wie David sollten auch wir unsere persönlichen Gedanken vor Gott zum Ausdruck bringen. Ein weiterer Schritt zum Überwinden unserer Ängste ist es, in einer Einstellung der Dankbarkeit zu beten! Wir sollten Gott für alles danken, womit er uns gesegnet hat. Wenn wir unsere Segnungen aufzählen – wenn wir Gott für alle Segnungen danken, die wir in unserem Leben erfahren haben und erfahren werden – führt dies zu einem erstaunlichen Ergebnis: „Und der Friede Gottes, der höher ist als alle Vernunft, bewahre eure Herzen und Sinne in Christus Jesus“ (Philipper 4, 7).

Sie **können** inneren Frieden erleben – den Frieden Gottes. Aber Gott erwartet, dass Sie auch etwas tun. Er erwartet, dass Sie seiner Anweisung folgen und Ihre Sorgen im Gebet mit ihm teilen. Er will, dass Sie um seine Hilfe, Unterstützung und Errettung bitten – und zwar in einer Einstellung der Dankbarkeit. Danken Sie Gott, dass er bereit ist, Ihnen dabei zu helfen, Ihre Ängste zu überwinden, und dass er Ihnen inneren Frieden geben will.

Wer diese Prinzipien der Vernunft und des inneren Friedens anwendet, kann ein erfülltes Leben führen, wie Gott es für Sie vorgesehen hat. Jesus sagte: „Ich bin gekommen, damit sie das Leben und volle Genüge haben sollen“ (Johannes 10, 10). Wahre Christen können ein erfülltes Leben führen. Sie können Freude empfinden trotz der Prüfungen, die das Leben mit sich bringt. Christen werden immer auch durch schwierige Zeiten gehen. Aber Gott gibt uns den geistlichen Glauben und das Vertrauen, dass wir uns diesen Prüfungen stellen können. In seinem Brief an die Christen in Philippi gebrauchte Paulus den Ausdruck „freut euch“ zehn Mal in acht Versen! Lesen Sie, was er schrieb: „Freuet euch in dem Herrn allewege, und abermals sage ich:

Freuet euch“ (Philipper 4, 4). Unser Vertrauen – unser innerer Friede – ist auf Gott begründet, nicht auf uns selbst! Wenn wir unser Leben dem Vater und seinem Sohn Jesus Christus übergeben haben, können wir Freude und Frieden empfinden. Paulus sprach das weit verbreitete Problem der Angst an, als er in Philipper 4, 6 schrieb: „Sorgt euch um nichts.“ Klingt das unmöglich? Beachten Sie, dass er nicht geschrieben hat: „Macht euch über nichts Gedanken.“ Eine Definition von Angst aus dem Wörterbuch lautet „von Furcht begleitete Aufmerksamkeit oder Interesse.“ Angst wird auch definiert als „schmerzliches oder von Besorgnis begleitetes inneres Unwohlsein gewöhnlich im Bezug auf ein bevorstehendes oder erwartetes Unglück“ (*Merriam Webster's Collegiate Dictionary*). Wir brauchen eine normale, natürliche Form der Sorge, aber keine ängstliche Besorgnis.

Schlüssel 5: Üben Sie sich im Glauben

Hebräer 11 wird oft als „Glaubenskapitel“ bezeichnet. Dort finden wir eine Auflistung von Helden und Heldinnen des Glaubens und eine Definition von Glauben: „Es ist aber der Glaube eine feste Zuversicht auf das, was man hofft, und ein Nichtzweifeln an dem, was man nicht sieht“ (Hebräer 11, 1).

Wie können Sie sich im Glauben üben? Glauben ist eine Sicherheit und eine Zuversicht. Obwohl Abraham bereits sehr alt war, glaubte er der Verheißung Gottes, dass er ein Vater vieler Nationen werden würde. „Denn er zweifelte nicht an der Verheißung Gottes durch Unglauben, sondern wurde stark im Glauben und gab Gott die Ehre“ (Römer 4, 20). Abraham „wusste aufs allergewisseste: was Gott verheißt, das kann er auch tun. Darum ist es ihm auch zur Gerechtigkeit gerechnet worden“ (Verse 21-22).

Für Abraham war Gott eine **Realität**. Er **wusste**, dass dieser *auf jeden Fall* die Fähigkeit besitzt, seine Verheißungen zu erfüllen. Wenn wir Glauben besitzen, werden wir fragen: „Was hat Gott mir verheißt?“ Dann, wenn wir die Bibel lesen, finden wir Hunderte von Verheißungen, die Gott für uns erfüllen kann – wenn wir glauben, dass Gott die Fähigkeit besitzt, diese Verheißungen zu erfüllen.

Jesus wies seine Zuhörer zurecht, als diese sich zu viele Sorgen um ihre leiblichen Bedürfnisse machten: „Warum sorgt ihr euch um die Kleidung? Schaut die Lilien auf dem Feld an, wie sie wachsen: sie arbeiten nicht, auch spinnen sie nicht. Ich sage euch, dass auch Salomo in aller seiner Herrlichkeit nicht gekleidet gewesen ist, wie eine von ihnen. Wenn nun Gott das Gras auf dem Feld so kleidet, das doch heute

steht und morgen in den Ofen geworfen wird: sollte er das nicht viel mehr für euch tun, ihr Kleingläubigen?“ (Matthäus 6, 28-30)

Gott erwartet, dass wir uns im Glauben üben. Er erwartet von uns, dass wir ihm vertrauen und seinen Anweisungen folgen. Christus und die Apostel gaben uns ein Vorbild des Lebens im Glauben. Wenn wir ihrem Beispiel folgen, können wir unsere Ängste überwinden. Wie Paulus schrieb: „Was ihr gelernt und empfangen und gehört und gesehen habt an mir, das tut; so wird der Gott des Friedens mit euch sein“ (Philipper 4, 9).

Glaube ist ein Gegenmittel gegen Sorgen! Zuerst auf die wichtigen Dinge im Leben zu achten wird Ihnen helfen, an Glauben zu wachsen. Gott kann viel mehr tun, als Menschen wissen oder auch nur ahnen können. Die Bibel drückt dies so aus: „[Gott], der überschwenglich tun kann über alles hinaus, was wir bitten oder verstehen, nach der Kraft, die in uns wirkt, dem sei Ehre in der Gemeinde und in Christus Jesus zu aller Zeit, von Ewigkeit zu Ewigkeit“ (Epheser 3, 20-21).

Gott kann noch wesentlich mehr tun, als „was wir bitten oder verstehen.“ Er will, dass wir uns ihm nähern. Er will, dass wir unsere Sorgen, Ängste und Gedanken mit ihm teilen und ihn um Hilfe bitten! Seien Sie mutig. Bitten Sie Gott, Ihnen so zu helfen, wie er es versprochen hat, „überschwenglich über alles hinaus, was wir bitten oder verstehen.“

Glauben Sie den Verheißungen Gottes und Sie werden inneren Frieden finden. „Aber ohne Glauben ist's unmöglich, Gott zu gefallen; denn wer zu Gott kommen will, der muss glauben, dass er ist und dass er denen, die ihn suchen, ihren Lohn gibt“ (Hebräer 11, 6). Der Schlüssel ist, Gott eifrig zu suchen! Wir suchen ihn, indem wir zu ihm beten – jeden Tag. Wir suchen ihn, indem wir unsere Bibel lesen – jeden Tag. „So kommt der Glaube aus der Predigt, das Predigen aber durch das Wort Christi“ (Römer 10, 17).

Schlüssel 6: Gottesfurcht

Viele Anhänger des traditionellen Christentums nennen Gottesfurcht „primitiv.“ Sie setzen eine Furcht vor Gott gleich mit dem Verhalten abergläubischer Heiden, die vor ihren falschen Göttern niederfallen. Aber die biblische Form der Gottesfurcht ist eine tiefe Ehrerbietung und ein Respekt vor dem Schöpfer. Sie drückt sich in unserer Bewunderung für Gottes Majestät und Größe aus. Somit ist sie eine Reaktion auf die Realität Gottes. Wenn Sie sich dafür entscheiden, Gott zu fürchten, werden Sie keine Menschen mehr fürchten. Bedenken Sie, dass Gottesfurcht und Liebe zu Gott sich **nicht** gegenseitig

ausschließen. Viele Mitglieder traditioneller christlicher Kirchen glauben, dass man nur entweder das eine *oder* das andere haben kann. Aber das ist **nicht**, was die Bibel sagt. Beide Eigenschaften sind in einer Beziehung zu Gott notwendig. „Nun, Israel, was fordert der HERR, dein Gott, noch von dir, als dass du den HERRN, deinen Gott, **fürchtest**, dass du in allen seinen Wegen wandelst und ihn **liebst** und dem HERRN, deinem Gott, dienst von ganzem Herzen und von ganzer Seele, dass du die Gebote des HERRN hältst und seine Rechte, die ich dir heute gebiete, auf dass dir's wohlgehe“ (5. Mose 10, 12-13).

Gott will, dass wir ihn lieben **und** fürchten. Lesen Sie das Buch der Psalmen und das Buch der Sprüche. Die Segnungen und Vorteile der Gottesfurcht werden Sie überraschen! Beachten Sie: „Wer den HERRN fürchtet, hat eine sichere Festung, und auch seine Kinder werden beschirmt“ (Sprüche 14, 26). Wahrer Glaube und Gottesfurcht kommen von Gott.

Tatsächlich ist der Grund, warum wir keinen Weltfrieden haben, das Fehlen von Gottesfurcht. Paulus macht das mit einem Zitat aus Jesaja sehr deutlich: „Ihre Füße eilen, Blut zu vergießen; auf ihren Wegen ist lauter Schaden und Jammer, und den Weg des Friedens kennen sie nicht. Es ist keine Gottesfurcht bei ihnen“ (Römer 3, 15-18).

Wie viele Menschen kennen Sie, die arrogant sind und keine Gottesfurcht besitzen? Unsere Welt braucht wahre, demütige Christen, die den wahren Gott **verehren**. Wir müssen dem Beispiel des Messias, Jesus Christus, folgen. Er besaß Gottesfurcht. Sie können darüber in Jesaja 11, 1-3 lesen. Gottesfurcht gibt uns inneren Frieden und Zuversicht. Wie Jesus warnte: „Fürchtet euch nicht vor denen, die den Leib töten, doch die Seele nicht töten können; fürchtet euch aber viel mehr vor dem, der Leib und Seele verderben kann in der Hölle“ (Matthäus 10, 28). Und beachten Sie, was er dann sagte: „Kauft man nicht zwei Sperlinge für einen Groschen? Dennoch fällt keiner von ihnen auf die Erde ohne euren Vater. Nun aber sind auch eure Haare auf dem Haupt alle gezählt. Darum fürchtet euch nicht; ihr seid besser als viele Sperlinge“ (Verse 29-31).

Wenn Sie regelmäßig die Bibel lesen, werden Sie viele Beispiele finden, wo Gott eingreift und sein Volk errettet. Wir leben heute in einer verweltlichten und ungläubigen Welt. Doch Sie können Ihre Ängste und Sorgen überwinden, wenn Sie sich im Glauben üben und in Gottesfurcht leben.

Gott kennt Ihre Ängste. Jesus sagte, dass unser himmlischer Vater Sie sehr genau kennt. Wie Jesus es beschrieb: „Darum fürchtet euch nicht; ihr seid besser als viele Sperlinge“ (Lukas 12, 7). Gott kümmert sich um Sie. Er wird Ihnen den Glauben und die Zuversicht

geben, die Sie brauchen, um Ihre Ängste und Sorgen zu überwinden. Und er wird Ihnen den heiligen Geist geben.

Schlüssel 7: Bitten Sie Gott um den heiligen Geist

Gottes heiliger Geist ist der Geist der Liebe und Stärke. Er gibt uns diese Gabe, wenn wir bereut haben und getauft worden sind. Petrus sprach am Pfingsttag, an dem die neutestamentliche Kirche begann, zu Tausenden von Zuhörern: „Tut Buße, und jeder von euch lasse sich taufen auf den Namen Jesu Christi zur Vergebung eurer Sünden, so werdet ihr empfangen die Gabe des heiligen Geistes“ (Apostelgeschichte 2, 38).

Die wirkungsvollste Strategie, um Ihre Sorgen und Ängste zu überwinden, ist es, mit dem heiligen Geist erfüllt zu sein. Gott wird Ihnen diesen zum Geschenk geben, wenn Sie, wie Petrus sagte, wirklich bereut haben und getauft wurden. Nach der Taufe legt der Diener Gottes die Hände auf. Paulus merkt an: „Aus diesem Grund erinnere ich dich daran, dass du erweckst die Gabe Gottes, die in dir ist durch die Auflegung meiner Hände“ (2. Timotheus 1, 6). Wir brauchen den heiligen Geist. Wie beschreibt Paulus diesen heiligen Geist? „Denn Gott hat uns nicht gegeben den Geist der Furcht, sondern der Kraft und der Liebe und der Besonnenheit“ (Vers 7).

Gottes Geist in Ihnen wird Ihnen helfen, Ihre Ängste zu überwinden. Johannes schrieb: „Furcht ist nicht in der Liebe, sondern die vollkommene Liebe treibt die Furcht aus; denn die Furcht rechnet mit Strafe. Wer sich aber fürchtet, der ist nicht vollkommen in der Liebe“ (1. Johannes 4, 17-18). Gott wird Ihnen das Geschenk seiner Liebe geben, das die Furcht austreibt. Das ist das Geschenk göttlicher Liebe durch den heiligen Geist.

Während wir uns auf die Rückkehr des Messias zur Erde vorbereiten, werden wir vielen Prüfungen und Herausforderungen in einer manchmal verrückten Welt gegenübertreten müssen. Aber die Bibel gibt uns die Schlüssel, um unsere Ängste zu überwinden und mit Glauben in die Zukunft zu blicken. Möge Gott Ihnen reichlich Frieden gewähren, wie er denen versprochen hat, die ihn von ganzem Herzen suchen und auf ihn vertrauen!

Kontaktadressen

Hauptbüro Vereinigte Staaten:
Living Church of God
P.O. Box 3810
Charlotte, NC 28227 – 8010
<http://www.tomorrowworld.org>

Regionalbüro Großbritannien:
Living Church of God
P.O. Box 9092
Motherwell, ML1 2YD Scotland
Tel.: 0044 1698 – 263 – 977
Fax: 0044 1698 – 263 – 977

Niederlande:
Wereld van Morgen
Postbus 267
NL – 6000 AG, Weert
Nederland

Deutschland:
Welt von Morgen
Postfach 111 545
D – 76065 Karlsruhe
<http://www.weltvonmorgen.org>

UEA, Mai 2003
© 2003 Living Church of God
Alle Rechte vorbehalten.

Englischer Titel: *Overcoming Your Anxieties*
Diese Publikation darf nicht verkauft werden!
Sie wird von der Living Church of God kostenlos der Öffentlichkeit zur Verfügung gestellt.

Biblische Verweise und Zitate sind, soweit nicht anders angegeben,
der revidierten Lutherbibel 1984 entnommen.
© 1985 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart