Mutig – Festungen der Angst zerstören

26.07.2016

Grace Course Teil 4
Der «Grace Course» soll Menschen helfen, Gottes Gnade in den wesentlichen Dingen ihres Lebens zu verstehen und zu erfahren. In dieser Serie geben wir Ihnen mit freundlicher Unterstützung von «Freedom in Christ» einen Einblick in die Grace Course Box, heute zum Thema «Mutig».

Nach der 40-jährigen Wüstenwanderung vom Volk Israel, während der eine gesamte Generation starb, befahl Gott Josua, die Wüste zu verlassen, den Jordan zu überqueren und das verheissene Land einzunehmen. Wie Josua einen Auftrag hatte, hat Gott für jeden von uns besondere Aufgaben vorbereitet. Er hat auch einen ganz persönlichen Auftrag für Sie. Was macht das mit Ihnen?

Gott wusste, wie Josua sich bei diesem grossen Auftrag gefühlt haben musste. Er sagte zu

Josua:«Ich will bei dir sein, wie ich bei Mose war. Ich werde dich nie verlassen und dich nicht aufgeben. Sei stark und mutig.» (Josua 1,5-6) Später wiederholt er noch zweimal den Befehl: «Sei stark und mutig!» Weil er weiss, dass Josua sich genau gegenteilig fühlt: ängstlich und schwach. Auf welcher Basis sollte Josua stark und mutig sein? Nicht aus eigener Kraft, sondern weil Gott versprochen hat, bei ihm zu sein. Das ist Gnade. Die unverdiente Hilfe Gottes schenkt uns das, was wir verzweifelt brauchen und selbst nicht leisten können.

Vergessen Sie nicht: Sie sind ein Kind Gottes. Gott verlässt Sie nie! Wir haben alles, was wir für ein erfolgreiches Leben brauchen – dank seiner Gnade. Diese Gnade macht uns frei von Ängsten, die uns daran hindern, durch Glauben mutig in Gottes Liebe zu leben.. Angst ist einer der Hauptgründe, die uns zurückhalten, so zu leben. Wenn Angst uns antreibt, ist kein Platz für Glaube und Liebe.

Ungesunde Ängste loswerden

Es gibt gesunde Ängste, die uns das Leben retten und uns schützen. Aber es gibt auch ungesunde Angst, die sich dadurch auszeichnet, dass die Reaktion auf ein Ereignis unvernünftig ist, zum Beispiel Angst vor engen Räumen oder vor Spinnen. Ungesunde Angst beengt unser Leben und stiehlt uns Frieden und Lebensfreude.

Eine Frau litt ihre ganzes Leben lang unter Angst vor Dunkelhheit. Als sie Gott fragte, warum sie unter dieser Angst leidet, erinnerte Gott sie an eine Halloween-Feier. Sie war damals vier oder fünf Jahre alt und mit ein paar Freunden wegen Süssigkeiten von Tür zu Tür gegangen und da war dieser Mann, der sich im Dunkeln versteckt und sie verfolgt hatte. Sie hatte eine Heidenangst und sogar die Polizei gerufen. Seitdem hatte sie Angst vor der Dunkelheit. Als sie die Wurzel ihrer Angst entdeckt hatte, konnte sie diese zurückweisen und die Angst verschwand.

Wenn jemand unter irrationalen Ängsten leidet, kann man diese ihm nicht ausreden oder wegdiskutieren. Die grossartige Botschaft ist aber, dass jede ungesunde Angst – egal wie schwerwiegend – durch Jesu Gnade und Wahrheit besiegt werden kann.

- 1. Kraft
  Zuerst schenkt Gott uns seine Kraft. Es ist dieselbe Kraft, die Christus von den Toten auferweckt hat! Was für eine Macht. Nie ist etwas Mächtigeres getan worden. Die Bibel versichert uns, dass genau diese Kraft durch den Heiligen Geist in uns wohnt. Erinnern wir uns daran, wer wir sind. Wir sitzen mit Christus rechts neben dem Vater – hoch über jeder Macht, Gewalt und Autorität dieser Welt (lesen Sie Römer, Kapitel 8, Vers 11 und Epheser, Kapitel 1, Verse 15-23).
  Nehmen Sie sich Zeit und beten Sie:
  Vater, danke, dass dein Heiliger Geist in mir lebt. Ich weiss, ich kann ohne deine Kraft nicht leben. Ich lade dich ein. Ich brauche dich. Bitte übernimm du in meinem Leben die Kontrolle. Bitte fülle mich ganz. In Jesu Namen, Amen.
  Wenn Sie das gebetet haben, müssen Sie die Angst nicht mehr allein bekämpfen. Christus ist in Ihnen. Hatte Jesus vor irgendetwas Angst? Vor nichts und niemandem. Genau das macht einen himmelweiten Unterschied.

- 2. Liebe
  Das zweite Geschenk Gottes gegen Angst ist Liebe. Im ersten Johannesbrief, Kapitel 4, Verse 17-18 steht über diese Liebe folgendes: «Liebe kennt keine Angst, weil die vollkommene Liebe alle Angst vertreibt.» Wenn Sie Gott kennenlernen und begreifen, wie perfekt seine Liebe für Sie ist, dann wird alle Angst vor einer Bestrafung durch Gott verschwinden. Wer noch Angst hat, rechnet mit Strafe und das zeigt, dass seine Liebe in uns noch nicht vollkommen ist. Ein Christ braucht keine Angst zu haben, Gottes Liebe zu verlieren. Wenn wir dennoch Angst haben, nicht von Gott oder anderen geliebt zu werden, drehen wir uns nur noch um uns selbst. Dann können wir auch anderen nicht mehr mit Gnade begegnen. Denn wir können nicht weitergeben, was wir selbst nicht haben.

- 3. Besonnenheit
  Das bringt uns zum dritten und letzten «Gnadengeschenk» Gottes: Besonnenheit oder einen gesunden Verstand. Seien wir ehrlich: Jeder von uns befindet sich in einem geistlichen Krieg – einem Krieg zwischen Wahrheit und Lüge. Und wo befindet sich das

Schlachtfeld? In unserem Geist – unseren Gedanken. Furcht verzerrt die Wahrheit. Jede ungesunde Furcht basiert auf einer Lüge. Besonnenheit ist also nichts anderes als folgende Entscheidung: *die Dinge so zu sehen, wie Gott sie sieht*. Oder, anders gesagt: so, wie sie wirklich sind.

Eine Angst ist berechtigt, wenn sie eine der beiden Eigenschaften aufweist:
a) sie ist gegenwärtig
b) sie ist mächtig
Mit anderen Worten: Die Bedrohung muss in der Nähe sein und sie muss uns wehtun.
Wenn man nur eine der beiden Eigenschaften neutralisieren kann, verschwindet die Angst.

Ein Beispiel, wie das gemacht werden kann, ist in folgendem Gebet formuliert:

Lieber himmlischer Vater, ich komme als dein Kind zu dir. Ich suche deinen Schutz. Du bist der Einzige, vor dem ich zu Recht Angst haben darf. Ich habe Angst gehabt, weil ich dir zu wenig getraut oder an dir gezweifelt habe. Ich habe mich zu oft nur auf meine Kraft und Ressourcen verlassen. Danke, dass du mir durch Christus vergeben hast.
Ich vertraue der Wahrheit, dass du mir keinen Geist der Angst, sondern einen Geist der Kraft, Liebe und Besonnenheit gegeben hast (vgl. 2. Timotheus 1,7). Deswegen schwöre ich jedem Geist der Angst ab. Zeig mir, welche ungesunden Ängste mich kontrollieren. Zeig mir, wie ich ängstlich geworden bin. Zeig, welche Lügen ich geglaubt habe. Öffne die Augen meines Herzens für deine Wahrheit. Ich will mit der Kraft deines Geistes verantwortungsvoll umgehen. Zeig mir, wie meine Ängste das verhindert haben. Ich bitte darum, weil ich sie bekennen, zurückweisen und überwinden möchte. Im Namen Jesu, Amen.

Gottesfurcht statt Menschenfurcht

Es gibt nur eine gesunde Angst oder Furcht, nämlich die vor Gott. Warum? Weil Gott

allgegenwärtig (= immer gegenwärtig) und allmächtig (= immer mächtig) ist. Das könnte sich jetzt so anhören, als ob man Angst vor ihm haben sollte. Aber nichts liegt der Wahrheit ferner. Die Erkenntnis, wie heilig und mächstig Gott ist, soll nicht dazu führen, dass wir Angst vor ihm haben. Stattdessen dürfen wir uns freuen. Warum? Weil er auf unserer Seite steht und weil er unser Vater ist (Römer 8,14-15).

Gottesfurcht bedeutet zu erkennen, wer Gott wirklich ist. Am Besten funktioniert das, wenn man ihn anbetet. Erinnern Sie sich noch, wann Sie zuletzt vor Freude gesungen, Gott verehrt und ihn angebetet haben? Hatten Sie da Angst? Natürlich nicht! Sie waren so auf ihn und sein Wesen konzentriert, dass kein Platz für Angst da war. Ein Lebensstil der Anbetung ist der Schlüssel, um Angst zu überwinden.

Hinter jeder ungesunden Angst steckt eine Lüge. Um die Angst auszumerzen, müssen wir die Lüge erkennen. Zum Beispiel, die Angst vor dem Tod kommt von der Lüge, dass niemand das ewige Leben sicher hat und dass der Tod Macht über Sie hat. Unter Lüge verstehen wir alles, was im Widerspruch zur Bibel steht. Eine Lüge werden Sie los, indem Sie sie ablehnen und bewusst der Wahrheit vertrauen. Wenn Sie das immer und immer wieder tun, verschwindet die Angst ganz langsam. Durch die Gnade Gottes kommen Sie an den Punkt, wo Sie bestätigen können, dass Sie wahrhaftig frei von ihrer Kontrolle sind.

Festungen der Angst zerstören

Wenn eine Lüge sich tief bei uns eingräbt, wird sie eine Art Festung, eine «angewöhnte Denkweise», die Gottes Wort widerspricht. Es ist, als hätten Sie eine massive Wand in Ihrem Geist, die verhindert, dass Sie Gottes Weg gehen. Aber wenn Sie diese Wand mit der Abrissbirne des Wortes Gottes bearbeiten, stürzt sie ein. Und Sie werden verwandelt.

Eine Festung ist alles, was eine starke Kontrolle über Sie ausübt. Angst gehört definitiv in diese Kategorie. Der letzte Schritt ist daher, Ihr Glaubenssystem zu verändern. Ersetzen Sie die Lügen durch die Wahrheit. Paulus nennt das die «Veränderung der Denkweise». Er geht sogar so weit, zu behaupten, dass dadurch eine «Verwandlung» stattfindet (vgl. Römer 12,2). Stellen Sie sich nur mal vor, wie anders Ihr Leben aussehen würde, wenn Sie nicht von ungesunder Angst kontrolliert würden.

- Finden Sie zuerst heraus, welche Lüge sich hinter der Angst, Ihrem falschen Verhalten oder der falschen Denkweise versteckt.

- Suchen Sie im nächsten Schritt so viele Bibelverse wie möglich zum Thema, welche die Seite der Wahrheit beschreiben! Schreiben Sie diese auf.

- Schreiben Sie dann ein Gebet oder eine Art Erklärung nach diesem Schema: «Ich sage der Lüge ab, dass der Teufel stärker ist als ich. Ich spreche die Wahrheit aus, dass ich in Christus einen Platz in der himmlischen Welt habe.»

- Lesen Sie die Bibelverse und sprechen Sie diese Erklärung laut aus – 40 Tage lang. (Psychologen haben festgestellt, dass es etwa 40 Tage – also sechs Wochen – dauert, eine Gewohnheit abzulegen.)

Eine Festung ist alles, was eine starke Kontrolle auf Sie ausübt oder was Sie gefangen hält. Doch letzten Endes will Gott unsere Festung sein. Damit wir bei ihm Schutz suchen.

Autor: Anja Janki
Quelle: Livenet
http://www.livenet.ch/themen/glaube/glaube/295599-mutig_festungen_der_angst_zerstoeren.html
Artikel als PDF / Drucken