

# DIE REALITÄT DER ANGST

## Zusammenfassung Predigt

Wie es der Titel der Predigt bereits sagt, ist die Angst eine Realität vieler Menschen. In Psalm 48,7 lesen wir von feindlichen Soldaten, die Jerusalem erobern wollten. Als sie jedoch die prachtvolle Stadt sahen, ergriff sie die Angst. So kann es auch in unserem Leben vorkommen, dass uns die Angst vor etwas ergreift und uns lähmt. Diese Ängste werden zum Beispiel durch eine Krankheit, Zukunftssorgen oder sonst eine Situation ausgelöst. Dass uns die Angst ergreift, können wir meiner Erfahrung nach oft nicht beeinflussen. Die zentrale Frage, die sich für mich stellt: Was machen wir mit dieser Angst?

Der König David betet in Psalm 25,17 (NGÜ) in einer Situation, in dem ihn die Angst plagt: *„Sprengte du die Fesseln, die mir das Herz zusammenschnüren, lass mich frei werden von allem, was mir jetzt noch Angst macht.“*

Angst kann uns gefangen nehmen und uns fesseln. Wenn wir unsere Ängste Gott im Gebet bringen, kann dies für uns befreiend sein. Dabei glaube ich, dass es zentral ist, dass wir die einzelnen Ängste, die sich wie Stricke anfühlen, im Gebet aussprechen. Dadurch kann unser Herz Freiheit erfahren.

Als Jesus den verängstigten Jüngern nach seinem Tod begegnete, sagte er in Johannes 20,19: „Friede sei mit euch!“ Das Online-Lexikon „Wikipedia“ definiert Frieden als einen heilsamen Zustand der Ruhe. Ich wünsche dir, dass du den Frieden von Jesus gerade auch in deinen Ängsten erfahren darfst und dadurch Ruhe in dein Herz einkehrt.

## Weitere Bibelverse

Psalm 31,10 / Psalm 61,3

## Gebet

Lieber Vater im Himmel, du kennst die Ängste, die mein Herz gefangen nehmen. Ich bringe diese Ängste zu dir, mit der Bitte, mich von ihnen zu befreien (möglicherweise kannst du deine Ängste konkret aufzählen). Schenke du mir deinen Frieden, damit ich zur Ruhe kommen kann.