

ALEXANDER SCHNEIDER

# keine ANGST!

30 „FÜRCHTE DICH NICHT“ –  
MUTMACHER AUS DER BIBEL

ALEXANDER SCHNEIDER

# keine ANGST !

30 „FÜRCHTE DICH NICHT“–  
MUTMACHER AUS DER BIBEL



Ernst-Paulus-Verlag, Erfurter Straße 4, 67433 Neustadt

# Inhalt

Vorwort / 11

## Gegenmittel gegen die Angst:

Hilfe beim Er**k**limmen des Berges vor uns / 14

Gott**e**s Interesse an uns / 22

die Unveränderbar**i**t von Gottes Plan / 26

Friede**n** im Herzen / 31

Gott**e**s Zuverlässigkeit / 38

ein perfekter Pl**a**n / 43

Gottes offe**n**es Ohr / 50

die **G**röße Gottes / 57

Gotte**s** Weitblick in die Zukunft / 62

Gottes vielfäl**t**ige Hilfsmittel / 66

Die Bibelstellen sind nach der „Elberfelder Übersetzung“  
(Edition CSV Hückeswagen) angeführt.

© by: Ernst-Paulus-Verlag, Erfurter Str. 4, 67433 Neustadt  
– Verbreitung christlicher Literatur –  
[www.ernst-paulus-verlag.de](http://www.ernst-paulus-verlag.de)

Gestaltung (Umschlag + bebilderte Doppelseiten): Madeleine Läubt  
Satz + Layout: Ernst-Paulus-Verlag

Bildrechte Umschlag: © Tobias Bjørkli from Pexels via Canva.com  
Bildrechte Inhalt: Siehe Abbildungsverzeichnis S. 201

Best.-Nr.: 50684.24

Hilfe beim **K**ampf gegen Zweifel / 72  
Gottes Fürsorg**e** / Versorgung / 78  
die L**i**ebe Gottes / 84  
die Hoff**n**ung auf das Kommen des Herrn / 89  
Gott**e**s Gegenwart / 94

Gl**a**ubensvertrauen / 102  
ruhiges u**n**d stilles Vertrauen / 110  
Unterstützun**g** von oben / 117  
Gott**e**s Unveränderlichkeit / 122  
Got**t**es Kontrolle / 127



Dan**k**barkeit / 136  
Gott**e**s wiederholte Ermutigung / 142  
der El-Ro**i** / 145  
Gottes Hilfe i**n** der Vergangenheit / 150  
Gott**e**sfurcht / 156  
  
das Funda**a**ment von Gottes Versprechen / 162  
eine wu**n**derbare Beziehung zu unserem Gott / 166  
G**o**ttes Begleitung auf dem Weg / 170  
Göttlicher **S**chutz / 178  
Weg**t**un unbegründeter Befürchtungen / 183

**Angst und das Mitempfinden des Herrn** / 188

**Nachwort** / 191

**Anhang 1: „The Will of God“** / 196

**Anhang 2: „Ever Herz erschrecke nicht“** / 198

**Empfehlung: Hoffnung / CD** / 200

**Abbildungsverzeichnis** / 201

# Hab keine Angst!

Ein Ehepaar fuhr als Passagiere auf einem Schiff mit, als auf einmal ein großer Sturm losbrach. Große Angst ergriff die Frau, die schon mit dem Schlimmsten rechnete. Ihr innerlich ruhiger Mann nahm einen Dolch in seine Hand, richtete ihn auf das Herz seiner Lieben und fragte sie:

„Hast du Angst, dass ich dir wehtue?“

„Nein, natürlich nicht!“, war die überraschte Antwort.

„Und warum nicht?“, fragte er sie wieder.

„Nun, weil die Person, in deren Hand der Dolch ist, mich liebt!“

Der Mann sagte daraufhin:

„Siehst du, deshalb brauchen wir in diesem Sturm keine Angst zu haben.“

**Die Person, in deren Hand dieser Sturm ist, liebt uns!“**

„Was beugst du dich nieder,  
meine Seele,  
und bist unruhig in mir?“

*Psalm 42v6*

## VORWORT

Fast **100-mal** finden wir in der Bibel die Ermutigungen: „Fürchte dich nicht“, oder: „Fürchtet euch nicht“. Warum ruft der Herr uns das so oft zu? Hätte einmal nicht genügt?

Der Herr sieht, wie oft unser Herz voller Angst ist. Da Er weiß, dass dieses Gefühl uns immer wieder übermannen möchte, stellt Er für all diese Situationen einen ermutigenden Zuruf bereit.

Deshalb ruft Er uns nicht einmalig am Anfang unseres Glaubenslebens zu: „**Hab keine Angst!**“, und erwartet dann, dass wir damit bis zur Entrückung „überleben“. Jeremia schreibt: „*Seine Erbarmungen sind nicht zu Ende; sie sind alle Morgen neu*“ (Klgl 3,22.23). Wir bekommen nicht schon im Voraus die Kraft, die wir für unseren Weg benötigen, sondern **jeden Tag neu**. Bei jeder neuen, Furcht einflößenden Situation ist der Herr zur

Stelle mit einem neuen, frischen: „Fürchte dich nicht!“  
Viele Ängste – (genauso) viele Ermunterungen!

In 30 Andachten möchten wir uns einige dieser Zuerufe anschauen. Dabei wird in den Bibelversen immer folgendes Muster deutlich:

Der Herr ruft uns zu: „Fürchte dich nicht“/„Fürchtet euch nicht“.

**Er liefert auch immer einen Grund dafür.**

Diese Gründe gelten auch für dich und mich.

Eins ist mir zu Beginn noch wichtig: Die Andachten entspringen keinem Kopfwissen und sind auch **keine graue Theorie**. Sie sind in schwierigen, herausfordernden Zeiten auf dem Missionsfeld in Südamerika geschrieben worden, in denen es viel Furcht Einflößendes gegeben hat und der Teufel massiv angegriffen hat. Insofern sind die vorgestellten Gedanken mir persönlich wertvoll geworden, indem der Herr mich dadurch aus einigen Tälern hinausgeführt hat.

Für wen sind die Andachten geschrieben? Für alle, die das Gefühl haben, sowohl mehr als auch häufiger Angst empfinden zu als „normal“, und die spüren, dass ihre Furcht sie belastet und lähmt.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Es ist wichtig, zu betonen, dass Angst an sich ein Geschenk Gottes ist, eine Eigenschaft, die uns vor Gefahren bewahrt. Ohne die Angst vor einem Unfall würde ich seelenruhig auf die Autobahn laufen. Es geht also um eine übersteigerte Angst, die über diesen natürlichen Schutzmechanismus hinausgeht: Angst, die tief auf die Seele drückt.

Bei den Andachten zum Thema Angst soll dabei ausgeklammert werden, dass es auch organische (medizinische) oder geistliche Gründe (wie zum Beispiel nicht bekannte und unvergebene Sünde) dafür geben kann, dass man sich fürchtet. In solchen Fällen mag mehr Hilfe nötig sein als die Ermunterungen dieses Buches.

Grundlage für die Andachten sind natürlich die **Versprechen Gottes in der Bibel**. Nur sie können uns wirklich von Angst befreien. Diese Erfahrungen haben schon Millionen von Gläubigen vor uns gemacht, wie wir es z. B. in *Psalm 119,143* bezeugt finden: „*Angst und Bedrängnis haben mich erreicht; deine Gebote sind meine Wonne.*“

Es ist mein Gebet, dass die folgenden Ermunterungen uns allen helfen mögen, keine Angst zu haben. **Dem Herrn ist es wichtig, unser Vertrauen auf Ihn so sehr zu stärken, dass kein Raum mehr für Furcht bleibt.**

Fürchte dich nicht! Fürchtet euch nicht!

*„Es gibt keinen Grund zur Mutlosigkeit, mit dem die Heiligen konfrontiert werden können, mit dem nicht eine noch größere Ermutigung verbunden ist.“*

*William Bridge*

1

## Gegenmittel gegen die Angst:

Hilfe beim Überwinden des Berges vor uns

”

Habe ich dir nicht geboten: Sei stark und mutig?  
Erschrick nicht und fürchte dich nicht! Denn der HERR,  
dein Gott, ist mit dir überall, wohin du gehst.

*Josua 1,9*

Ein großer Berg türmt sich da vor Josua auf. Er soll mehrere Millionen Menschen in ein fremdes Land führen. 40 Jahre lang hat er miterlebt, wie diese immer wieder geklagt und gemurrt haben, hat wohl mehr als zwei Millionen Beerdigungen mitangesehen. Nun der Schritt in ein Land, das voll von befestigten Städten ist und noch dazu von Götzendienern und brutalen Riesen nur so wimmelt.

14

Man kann es sich gut vorstellen, dass Josua gedacht hat: „Das schaffe ich nicht, HERR. Dieser Aufgabe bin ich absolut nicht gewachsen!“

Doch der Herr gibt immer genau die richtige und passende Ermunterung. **Er schenkt genau die Kraft, die für den nächsten Schritt benötigt wird:** die Zusage seiner Hilfe.

Es ist sehr interessant, dass Gott Josua zwar verspricht, er würde bei der Eroberung des Landes Erfolg haben, doch die Ermutigung, keine Angst zu haben, ist nicht daran geknüpft. Nein, Josuas Furchtlosigkeit sollte nicht auf der Aussicht auf den Sieg beruhen – darauf, dass alles „glatt läuft“ –, sondern **allein auf der Realität der Gegenwart Gottes**. „Fürchte dich nicht! Denn der HERR, dein Gott, ist mit dir überall, wohin du gehst“ (Jos 1,9). Inmitten von Krankheitsnöten, existenziellen Sorgen, Leiden durch seelische Verwundung etc. ist das die Konstante, auf der auch unsere Furchtlosigkeit ruht.

Übertragen auf uns: Gott sagt nicht: „Keine Angst, denn du wirst beim schwierigen Geschäftstermin Erfolg haben“, oder: „Keine Angst, denn du wirst in der Abschlussprüfung eine gute Note erreichen“, oder: „Keine Angst, denn du wirst die Krankheit schnell besiegen“ usw. Vielmehr ermuntert Er uns wie so oft in der Bibel: **„Keine Angst, ich bin in der Schwierigkeit bei dir!“**

15





„Ängstlichkeit nimmt nicht dem Morgen  
seine Sorgen, aber dem Heute seine Kraft.“

Alexander MacLaren<sup>2</sup>

Drei Beispiele aus der Bibel sollen zeigen, wie der HERR Gläubige angesichts des großen Berges vor ihnen mit dem Versprechen „**Ich bin bei dir**“ ermutigt:

- Josua vor der Herausforderung einer neuen, großen Aufgabe (s. Jos 1,9).
- Salomo vor der Herausforderung, dem HERRN ein Haus zu bauen (s. 1. Chr 28,20).
- Jakob vor der Herausforderung, überstürzt sein vertrautes Umfeld zu verlassen (s. 1. Mo 28,15).

Jakob, der später in seinem Leben so oft mit Angst zu kämpfen hatte, bekommt hier ebenfalls ein „**Universalversprechen**“ von oben: „*Und siehe, ich bin mit dir, und ich will dich behüten überall, wohin du gehst*“ (1. Mo 28,15).

<sup>2</sup> Alexander MacLaren: *Anxious Care*. Predigt. 1859.

Charles H. Spurgeon kommentiert diese Begebenheit wie folgt: „Wenn Gott sagt: ‚Ich will dich behüten‘, so sind wir in keiner wirklichen Gefahr. Dies ist ein gesegneter Pass für einen Reisenden und ein himmlisches Geleit für einen Auswanderer. Jakob hatte nie zuvor seines Vaters Dach verlassen: Er war ein Muttersohn gewesen und nicht ein Abenteurer wie sein Bruder. Doch ging er in die Ferne, und Gott ging mit ihm. Er hatte wenig Gepäck und keinen Begleiter; dennoch reiste kein Fürst je mit einer herrlicheren Leibwache. Selbst während er auf offenem Feld schlief, wachten Engel über ihm und Gott der Herr sprach zu ihm.“<sup>3</sup>

<sup>3</sup> <https://www.bibelstudium.de/articles/417/reise-gnaden.html> (letzter Zugriff: 01.02.2024).

„Du wirst mich  
auf einen Felsen leiten,  
der mir zu hoch ist.“

Psalm 61v3





Hab keine  
Angst!

„Jeder Berg und Hügel wird erniedrigt werden, und das Krumme wird zu einem geraden Weg und die unebenen werden zu ebenen Wegen werden.“

*Lukas 3v5*

**„ACHTE ICH BEIM  
BETEN MEHR AUF  
DEN BERG, DER  
VERSETZT  
WERDEN SOLL,  
ODER AUF GOTT,  
DER IHN  
WEGNEHMEN  
KANN?“**

(OSWALD CHAMBERS)

*Matthäus 17v20*

„Wenn ihr Glauben habt wie ein Senfkorn, so werdet ihr zu diesem Berg sagen: Werde versetzt von hier nach dort!, und er wird versetzt werden; und nichts wird euch unmöglich sein.“

## 2

**Gegenmittel gegen die Angst:**

Gottes Interesse an uns

”

Werden nicht zwei Sperlinge für einen Cent verkauft? Und doch fällt nicht **einer** von ihnen auf die Erde ohne euren Vater; an euch aber sind selbst die Haare des Hauptes alle gezählt.

**Fürchtet euch nun nicht;**  
**ihr seid vorzüglicher als viele Sperlinge.**

*Matthäus 10v29-31*

Die Zuhörer Jesu wussten ganz genau, wovon Er hier sprach. Wenn sie auf den Markt gingen, um Spatzen zu kaufen, riefen die Marktschreier ihnen folgendes Sparangebot zu: „2 Spatzen – 1 Cent! 5 Spatzen – 2 Cent!“ (vgl. Lk 12,6.7). Das bedeutet: Diese kleinen Vögel hatten für die Verkäufer einen so geringen Wert, dass es beim

Kauf von vier Spatzen einfach einen gratis dazugab. Spatz Nummer 5 war umsonst. Einer mehr oder weniger machte für die Tierhändler keinen Unterschied.

Warum reden wir in einem Buch über Angst plötzlich von einem kleinen Vogel? Nun, weil der Herr selbst das auch tut. Er nimmt dieses für alle wertlose Geschöpf, um uns etwas zu erklären.

Denn auch wenn sich niemand wirklich für diese kleinen Vögel interessiert, tut unser himmlischer Vater genau das. Er nimmt sogar Notiz davon, wenn einer von ihnen in irgendeinem kleinen Busch weit entfernt auf den Boden fällt. Wie Charles H. Spurgeon treffend formulierte: „*Gott geht sogar auf die Beerdigung eines Spatzen.*“ Wenn auch niemand an diesen „wertlosen“ Vögeln Interesse hatte – Gott sehr wohl!

Und nun die Ermunterung des Herrn Jesus für uns: **Ihr seid für mich noch viel wertvoller als diese (für mich) wertvollen Vögel!**

Welchen Grund für Angstlosigkeit sehen wir hier? Dass sich Gott für dich und mich interessiert. Gerade dann, wenn wir uns wie ein nicht beachteter, verramschter „Gratis-Spatz“ fühlen, dürfen wir an Gottes Beachtung denken.

**„Wenn Gott einen Vogel nicht vergisst, wie sollte Er dann dich vergessen?“**

**Sein Interesse** zeigt sich unter anderem dadurch, dass Er Notiz von unserem Leben nimmt:

- Er zählt alle unsere **Haare** (s. Mt 10,30) – etwa 100.000-150.000 (auch die, die uns vielleicht wegen Sorgen oder Alter ausfallen).
- Er zählt alle unsere **Tränen** (s. Ps 56,9) – laut Wissenschaftlern im Durchschnitt 5.000.000 in einem gesamten Leben (auch die, die unbemerkt im Stillen vergossen werden).
- Er zählt alle unsere **Schritte** (s. Hiob 31,4) – bei durchschnittlich 5.000 pro Tag wären dies in 80 Jahren 146.000.000 Schritte.

Ich liebe meine Familie, aber weder kenne ich die Anzahl ihrer Haare geschweige denn die der Tränen oder gar der Schritte. Nun, unser Herr im Himmel interessiert sich so sehr für uns, dass Er sogar dies (und noch viel mehr) weiß.

Diese Aufmerksamkeit und Beachtung des Herrn sind Beweise dafür, dass wir Ihm nicht egal sind, sondern dass Ihm an uns liegt (s. 1. Pet 5,7). Fühlst du dich wie ein „wertloser“ Vogel? – Der Herr wertschätzt dich! Fühlst du dich gering- oder minderwertig wie ein „Gratis-Vogel“? – Der Herr misst dir **einen unendlichen Wert** zu! Fühlst du dich, ähnlich wie ein fünfter Vogel, als ein fünftes Rad am Wagen? – Der Herr beachtet dich!

*Der Herr Jesus ruft dir heute zu: „Hab keine Angst! Dein himmlischer Vater interessiert sich für dich. Du bist wertvoll, beachtet. Gott nimmt von deinem gesamten Leben Notiz!“*



### Fragen zur Reflexion:

- ➔ An was könnte ich von jetzt an immer denken, wenn ich einen kleinen Spatzen sehe?
- ➔ Fühle ich mich manchmal genauso ungeliebt, unbeachtet, wertlos wie ein Spatz auf dem Markt? Inwiefern kann mir diese Andacht bei solchen Empfindungen helfen?
- ➔ Welche konkrete Angst in meinem Leben kann durch das Bewusstsein, dass der Herr sich für mich interessiert, kleiner werden?
- ➔ Das möchte ich mir heute besonders mit- bzw. vornehmen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Empfehlung:

Hoffnung / CD

Martin Schnitzer & Jugendchor Dillenburg

Ausgewählte Bibelworte, einfühlsame Gedanken  
und Lieder, die neuen Mut machen.

22 Titel, davon 10 Lieder

Nr.	Titel	Dauer
1	Wahn soll ich geh'n?	02:38
2	Text: Gebet und Lobgesang	01:04
3	Weiß ich den Weg auch nicht	01:55
4	Text: Davids Psalmen	01:27
5	Lehre mich Tag für Tag	03:11
6	Text: Daniel	01:44
7	Wenn die Last der Welt dir zu schaffen macht	01:51
8	Text: Joseph	02:00
9	Erscheinen meines Gottes Wege	03:15
10	Text: Israel	01:26
11	Lobt den Herrn für seine große Güte	01:19
12	Text: Habakuk	01:43
13	Der Heiland sorgt für dich	03:34
14	Text: Hannah	01:31
15	Befiehl dem Herrn doch deine Wege	03:48
16	Text: Geduld	00:39
17	Gedicht: Verstoße	00:30
18	Text: Miffid	00:31
19	Auf Golgatha, auf Golgatha	02:04
20	Text: Leiden und Herrlichkeit	00:12
21	Der Tröster kommt	01:41
22	Text: Psalm 23	00:50

Best.-Nr.: 50609

Preis: € 9,90



200

## Abbildungsverzeichnis:

**Titelbild:**

© Tobias Bjørkli via Canva.com

**Linke Seiten „Bergsteiger“:**

© strichfiguren stock.adobe.com

**Fragen zur Reflexion „Questions and idea“:**

© BABBAN stock.adobe.com

**Seite 8/9:**

© sasint via Canva.com

**Seite 20/21:**

© Tobias Bjørkli via Canva.com

**Seite 36/37:**

© Geoffroy Hauwen via Canva.com

**Seite 48/49:**

© Kasuma via Canva.com

**Seite 70/71:**

© sasint via Canva.com

**Seite 100/101:**

© KatieDobies via Canva.com

**Seite 108/109:**

© littlehenrabi via Canva.com

**Seite 134/135:**

© Porapak Apichodilok via Canva.com

**Seite 176/177:**

© @ freemixer via Canva.com

**Seite 194/195:**

© Jacob Lund via Canva.com

**Seite 200:**

© Ernst-Paulus-Verlag

201