

## Was Kinder Gottes über Depressionen wissen sollten von I.I.

Depression ist genauso wenig eine Krankheit wie die Narkolepsie.

### Jesus wurde depressiv

**Mk.14:33: ... begann zu erschauern und niedergedrückt<sup>1</sup> zu werden.**

Das Wort >niederdrücken< übersetzt ins Lateinische, heißt **Depression<sup>2</sup>**!

Alles was der Herr an negativen Erfahrungen auf der Erde durchleben musste, geschah *für uns!*  
Was Er auf sich nahm, trug er von uns fort<sup>3</sup>, damit wir davon erlöst = befreit werden können.  
Was Er trug, brauchen wir nicht zu tragen und müssen uns weigern, wenn jemand uns dies auferlegen will.

### Drei Quellen der Traurigkeit

Wir sollten als Kinder Gottes erkennen, dass vieles, was in der Welt böse und negativ ist, einst gut war weil es Gott erschuf<sup>4</sup>, so auch die Traurigkeit.

#### *a) die göttliche Traurigkeit*

Gott kann sich zwei Möglichkeiten, uns zur „Umkehr“ zu bewegen, bedienen. Einmal mit Hilfe unseres Verstandes, so dass wir unser Denken erneuern. Wir nennen das oft Buße. Eine zweite Möglichkeit, die das gleiche Ziel hat, ist das Gefühl, die göttliche Betrübtheit.  
Wenn Gott uns betrübt, dann fühlen wir wie er fühlt (Mk.3:5; Eph.4:30; Jak.4:9) Die göttliche Betrübtheit führt uns zur Reue und so auch zur Umkehr (2.Kor.7:8,9,11).

#### *b) die menschliche Traurigkeit*

Diese Möglichkeit traurig zu werden, entsteht, wenn in unserem Leben Dinge geschehen, die uns traurig oder betrübt machen (Mt.19:22; 26:22).

#### *c) die dämonische Traurigkeit, Betrübtheit*

In Mt.26:22 lesen wir: **da wurden sie sehr betrübt!**

Was war der Anlass, der diesen Zustand bei elf Jüngern hervor brachte?

**Einer von euch wird Mich verraten.**

Diese Betrübtheit besaß also einen objektiven Anlass, eine *nachvollziehbare* Ursache!

Aber was lesen wir dagegen in Vers.37?

### **begann betrübt und niedergedrückt zu werden.**

Unser Herr begann niedergedrückt (= depressiv) zu werden! Es gab aber keinen sichtbaren Anlass!  
Dieses Niedergedrückt sein geschieht ohne äußerlichen Anlass, es *scheint* keine Ursache zu geben<sup>5</sup>.  
Aber die Schrift bezeugt uns, was die Ursache ist:

**Ein fröhliches Herz macht das Gesicht heiter; aber beim Kummer des Herzens ist der Geist niedergeschlagen<sup>6</sup>.** (Spr.15:13 Elberf. Über.)

<sup>1</sup> ἀδημονέω = ängstigen, beklemmt fühlen L: zagen, auch in Ph.2:26

<sup>2</sup> aus dem französischen *dépression* → *fr* („Senkung“), das auf lateinisch *dēpressio, onis*

<sup>3</sup> Jo.1:29 trägt = αἴρω = aufheben und wegtragen, vertilgen, vernichten, beseitigen;

<sup>4</sup> z.B. Hass, Zorn, Strafe, Fluch, Eifersucht

<sup>5</sup> Man spricht hier von endogener Depression

<sup>6</sup> Mutlosigkeit! Es fehlt der Mut gegen die geistlichen Mächte aufzustehen (Eph.6:12!-14)

## **Bei Depressionen ist das Herz bedrückt, weil der Geist niedergeschlagen ist!**

Deshalb ist Depression **keine Krankheit** sondern eine Überfall böser Geister auf den Geist des Menschen

*Verstehen wir den Unterschied?*

- Göttliche Traurigkeit kann mein Herz bekümmern.
- Menschliche Traurigkeit kann mein Herz bekümmern.

Aber woher kommt diese Traurigkeit? Vom niedergeschlagenen **menschlichen Geist!**

Wer kann unseren GEIST schlagen? *Nur Geister* können sich den Geist bemächtigen oder ihn angreifen.

Nachdem der Geist niedergedrückt wurde, wird nun auch die Seele in Mitleidenschaft gezogen, >> bis zum Tode betrübt<<, (Suizidgefahr → Mt.27:3,5; 2.Kor.7:10b). Aber nicht „nur“ Geist und Seele kommen unter diese Depression sondern sogar der Leib kann davon betroffen sein:

**Ein fröhliches Herz bringt gute Besserung, aber ein niedergeschlagener Geist dörft das Gebein aus. (Spr.17:22).**

Dieses Ausdörren ist wörtlich zu verstehen!! Es gibt Depressive, denen ist es nicht einmal mehr möglich Nahrung oder Flüssigkeit zu sich zu nehmen!!

→ Ziel dieses bösen Geistes ist der Tod!

*Wann greifen oft depressive Geister den menschlichen Geist an?*

Der böse Geist kommt oft nachts:<sup>7</sup>

**Und es geschah, als die Sonne anfing sich zu neigen, da fiel ein tiefer Schlaf auf Abram, und siehe, Schrecken und große Finsternis überfielen ihn. (Gen.15:12)**

Warum? Weil da der Mensch nicht aktiv ist. Passivität, so lehrt Jesu in Mt.12:44 ist eine der drei Voraussetzungen wie Dämonen in einen *ungläubigen* Menschen eindringen können.

Das Wort dass Luther mit "leer" übersetzt hat, bedeutet nicht leer. Dafür hat der Grieche ein anders Wort. Dieses gr. Wort σχολαζω kommt nur zweimal im NT vor. In Mt.12:44 und 1.Kor.7:5 wo es Luther mit "Muße" übersetzt hat.

Die eigentliche Bedeutung im guten Sinne, wie in 1.Kor.7:5 ist: *sich beschäftigen mit jemand oder etwas*. Also hier mit der Ehefrau und dem Gebet.

Im schlechten Sinn in Mt.12:44 bedeutet es: *träge sein, müßig sein, sich eben mit nichts beschäftigen, also passiv sein*.

*Normal:*

Normalerweise ist Niedergeschlagenheit eine Versuchung der Seele (2.Kor.2:4; 1.Pe.1:6).

Von außen werde ich traurig, (meine Seele) aber von innen (meinem Geist) bin ich fröhlich (2.Kor.6:10).

Wir finden diesen Unterschied auch in Mat.26:40,41:

**Darauf kam Er zu den Jüngern und fand sie schlummernd. ...**

**Wacht und betet, damit ihr nicht in Anfechtung kommt! Der Geist zwar hat das Verlangen, das Fleisch aber ist schwach.**

Dass die Jünger einschliefen, bezeichnet der Herr als Anfechtung, als Versuchung. Aber ihr Geist wurde nicht angegriffen. Ihr Geist war willig, hatte das Verlangen zu beten, nur ihr Körper nicht! Der Geist der Jünger war unberührt von der Niedergeschlagenheit im Gegensatz zum Geist Jesu.

Das Mitgefühl Jesu

**da er mit den Unwissenden und Irrenden maßvoll mitfühlen kann, weil auch er mit Schwachheit umgeben ist. (Hb.5:2)**

<sup>7</sup> Gen.15:12; Hiob 27:20; Pred.11:8; Ps.91:6

**Der in den Tagen seines Fleisches sowohl Flehen wie auch inständige Bittrufe mit starkem Geschrei und Tränen dem darbrachte, der ihn aus dem Tode retten konnte (Hb.5:7)  
Dann sagte Er zu ihnen: »Tief betrübt ist Meine Seele bis zum Tode; bleibt hier und wacht!«  
(Mk.14:34)**

Lieber Heiliger, denk mal über das Bekenntnis dessen nach, der bekannte: „Mir ist alle Macht gegeben ...“. Dieser Allmächtige bekennt: **MEINE Seele ist bis zum Tode betrübt!**

Ich halte es für möglich, dass der, der unsere Hoffnung ist<sup>8</sup>, *so zum Tode hin* betrübt war, dass er sogar um unsertwillen hoffnungslos wurde, um uns **in allem** gleich zu werden und er deshalb DREIMAL betete: Lass den Kelch vorüber gehen!!

*Wer richtet den depressiven Geist auf?*

**einen niedergeschlagenen Geist, wer richtet den auf?  
bleibt hier und wacht!**

Weil Jesus für uns depressiv wurde, dürfen wir diesen Zustand keinen Augenblick dulden und müssen uns gegen den Angriff auf unseren Geist stellen. Wenn wir nicht selbst in der Lage sind, muss jemand diesem bösen Geist gebieten, sofort diese „Gegend“<sup>9</sup> zu verlassen und ihm nicht gestatten zurück zu kehren.

Der Gläubige selbst muss sich immer wieder unter die Gemeinschaft des Heiligen Geistes begeben. Denn nur der Heilige Geist kann unseren Geist durch seine Anwesenheit (Gemeinschaft) schützen (2.Kor. 11:4 → 13:13b).

Die Wahrheit erkennen

Wenn es auch der Sohn Gottes selbst ist, der uns ganz frei machen muss, müssen wir aber auch erkennen, das Er dazu in der Regel etwas gebraucht: Die Wahrheit (Jo.8:32,36).

*Was bedeutet das praktisch?*

*Anormal*

ist es, wenn mein Geist niedergedrückt wird und Seele und Körper mit in die „Tiefe“ zieht.

**Eines Mannes Geist erträgt seine Krankheit; aber einen niedergeschlagenen Geist, wer richtet den auf? (Spr.18:14)**

Diese Depressiven sind tief betrübt, weil sie keine Hoffnung = Erwartung mehr haben (1.Th.4:13). Sie besitzen in diesem Zustand selbst keine eigene Kraft sich aufzurichten.

Wir müssen erkennen, dass wir bzw. unser Zustand nicht der Normalität, d.h. der Norm Gottes entspricht. Wer depressiv ist, ist nicht krank sondern nicht normal! Woran kann ich das selbst erkennen? An der Normalität:

**in allem bedrängt, aber nicht eingeengt, ratlos, aber nicht verzweifelt, verfolgt, aber nicht verlassen, niedergeworfen, aber nicht umgekommen (2.Kor.4:8f).**

Das ist das normale Verhalten derer, die Christus in sich haben (2.Kor.4:7,10,16,17).

Normal können nur die Menschen werden, die nicht normal sind. Das wird uns auch im nächsten Abschnitt deutlich:

Drei Quellen der Verzagtheit

*a) von Gott:*

**Ich will meinen Schrecken vor dir her senden und alle Völker verzagt machen, wohin du kommst, und will geben, dass alle deine Feinde vor dir fliehen. (2Mo 23,27)**

<sup>8</sup> Christus in euch, die Hoffnung der Herrlichkeit. (Kol.1:27)

<sup>9</sup> Mk.5:10

**Weil dein Herz verzagt ist und du dich gedemütigt hast vor dem HERRN, als du hörtest, was ich geredet habe gegen diese Stätte und ihre Einwohner, dass sie sollen zum Entsetzen und zum Fluch werden, und weil du deine Kleider zerrissen hast und vor mir geweint hast, so habe ich's auch erhört, spricht der HERR. (2Kön 22,19)**

*b) von Menschen:*

**Und die Amtleute sollen weiter mit dem Volk reden und sprechen: Wer sich fürchtet und ein verzagtes Herz hat, der mache sich auf und kehre heim, auf dass er nicht auch das Herz seiner Brüder feige mache, wie sein Herz ist. (5Mo 20,8)**

*c) von der Finsternis*

**und will ihn überfallen, solange er matt und verzagt ist. (2Sam 17,2)  
Ich denke an Gott – und bin betrübt; ich sinne nach – und mein Geist verzagt. Sela. (Ps.77:4)**

Unser Herz

**Es ist das Herz ein trotzig und verzagt Ding; wer kann es ergründen? (Jer 17,9)  
Sagt den verzagten Herzen: »Seid getrost, fürchtet euch nicht! (Jes 35,4)**

Normal und anormal

**Aber meine Brüder, die mit mir hinaufgezogen waren, machten dem Volk das Herz verzagt; ich aber folgte dem HERRN, meinem Gott, treulich. (Jos 14,8)**

**Ich denke an Gott – und bin betrübt; ich sinne nach – und mein Geist verzagt. Sela.  
Meine Augen hältst du, dass sie wachen müssen; ich bin so voll Unruhe, dass ich nicht reden kann.**

**Ich gedenke der uralten Zeiten, der längst vergangenen Jahre.**

**Ich denke des Nachts an mein Saitenspiel / und rede mit meinem Herzen, mein Geist muss forschen. (Ps.77:4ff)**

Die Schrift bezeugt uns das es Menschen im Alten – und Neuen Bund gab, die aus den verschiedenen Gründen verzagt wurden.

Das gr. Wort ἐξασπορέομαι, was mit >> verzagt << übersetzt wird, bedeutet völlig ratlos sein und daher verzweifelt, alle Hoffnung aufgeben, so das Gr. Online Wörterbuch.

Wir finden dieses Wort\* in 2.Kor.1:8 und 4:8:

**Denn wir wollen euch nicht in Unkenntnis lassen über unsere Drangsal, Brüder, die uns in der Provinz Asien widerfahren ist, weil wir außerordentlich, über unsere Kraft, beschwert wurden, sodass wir am Leben verzweifelten\*.**

**in allem bedrängt, aber nicht eingengt, ratlos, aber nicht verzweifelt\*, verfolgt, aber nicht verlassen, niedergeworfen, aber nicht umgekommen.**

Verzweifelt zu sein, können auch Kinder Gottes erleben, weil wir noch auf der Erde sind.

Verzweiflung, Hoffnungslosigkeit ist aber keine Krankheit, in der wir leben müssen, sondern ein Herzproblem, was Jesus, der Herzendkenner behandeln muss. Warum?

Weil davon der Himmel abhängt

**Wer sich fürchtet und ein verzagtes Herz hat, der mache sich auf und kehre heim, auf dass er nicht auch das Herz seiner Brüder feige mache, wie sein Herz ist. (5Mo 20,8)**

Hier lesen wir nicht von einer Krankheit sondern von einem psychologisch/pneumatischen Gesetz: Ein verzagtes Herz<sup>10</sup> macht den Menschen feige und Furcht voll (Mt.8:26; Mk.4:40f!).

Was aber hat das mit dem Himmel zu tun?

<sup>10</sup> das Zusammenwirken von Seele und Geist (Hb.4:12)

**Den Verzagten aber und Ungläubigen, den Gräulichen und Mördern, den Hurern und Zauberern, den Götzendienern und allen Falschen: Ihr Teil wird in dem See sein, der mit Feuer und Schwefel brennt: das ist der zweite Tod.« (Off.21:8)**

Sei hart mit dir selbst, denn Selbstmitleid gefährdet den Himmel!

## **Von Schizophrenie und Depressionen geheilt**

**In ihrer Kindheit erlebt Gisela Heer schweren sexuellen Missbrauch und zerbricht daran. 20 Jahre lang lebt sie in einer Psychiatrischen Anstalt, leidet unter Schizophrenie, Depressionen und Epilepsie. Als sie sich für Jesus entscheidet, wird sie komplett frei.**

Gisela Heer

Mein Leben fing schon schwierig an. Als meine Mutter im sechsten Monat mit mir schwanger war, versuchte sie, sich das Leben zu nehmen. Der Versuch misslang, ich kam drei Monate zu früh auf die Welt. Doch ich überlebte.

Jahrelang missbrauchte mich mein Vater sexuell. Aber schlimmer als das Körperliche waren die seelischen Auswirkungen. Ich ging dadurch kaputt. Immer wieder verletzte ich mich selbst und versuchte, mich umzubringen. Mit 16 Jahren kam ich in die Psychiatrie, in die geschlossene Anstalt. Man diagnostizierte Schizophrenie und Depressionen, ausserdem hatte ich immer wieder epileptische Anfälle. 20 lange Jahre verbrachte ich in der geschlossenen Abteilung. Ich war am Ende.

### **In tiefer Finsternis**

Meine Seele weinte. Ich wollte nicht mehr leben. Ich sah keinen Sinn darin. Es gelang mir, Beruhigungstabletten zu besorgen und aus der Klinik zu entkommen. Ich wartete, bis es dunkel war, nahm die Tabletten und als ich ihre Wirkung spürte, legte ich mich auf Bahngleise. Langsam dämmerte ich weg. Doch wieder misslang der Selbstmordversuch.

Drei Tage später wachte ich im Spital Zürich wieder auf. Zufällig waren Gleisarbeiter an der Stelle vorbeigekommen, an der ich lag. Fünf Minuten später wäre der nächste Schnellzug gekommen. Die Polizei sprach von einem Wunder. Aber ich war totunglücklich.

Auch mein nächster Selbstmordversuch scheiterte. Ich sprang aus einem Fenster und zertrümmerte mir die Beine. Aber ich überlebte.

### **Auszeit bei einer Bekannten**

Drei Monate lag ich im Krankenhaus. Eine Bekannte, die immer wieder für mich betete, besuchte mich und bot mir an, dass ich zehn Tage bei ihr Urlaub machen kann. Als ich aus dem Krankenhaus entlassen wurde, bewilligten die Ärzte, dass ich zu ihr darf und erst danach wieder in die Anstalt komme. Diese zehn Tage sollten mein Leben verändern.

Gemeinsam lasen wir viel in der Bibel und beteten. Und wir gingen zu einer Veranstaltung, in der zwei Pastoren aus den USA predigten. Ich spürte: Hier ist der Friede Gottes! Den wollte ich auch haben. Nach der Predigt ging ich zu den Männern und wollte wissen, wie das geht. Sie sagten, dass Jesus diesen Frieden schenkt.

### **Entscheidung für Jesus**

An diesem Abend lud ich Jesus in mein Leben ein und wartete voller Spannung darauf, dass sich etwas in mir verändern würde. Während die Amerikaner mit mir beteten, hatten sie den Eindruck,

ich sei von bösen Mächten gebunden. Von Schizophrenie, Epilepsie und von starken Depressionen. Ich war total überrascht, woher sie das wussten – die kannten mich doch gar nicht! Sie beteten, dass ich frei werden soll, im Namen von Jesus Christus. Und sofort spürte ich, wie eine Freiheit in mich einzog und etwas anderes verschwand. Ich legte mein Leben in Gottes Hände und erlebte, wie Freude und Friede in mich hineinkam. In diesem Moment wurde ich frei und gesund.

## **Zurück in der Klinik**

Als ich nach zehn Tagen zurück in die psychiatrische Anstalt ging, erzählte ich dem Arzt, wie gut es mir geht und das Jesus mich geheilt hat. Er war sehr skeptisch und ordnete an, mir die Medikamente weiter zu geben.

Doch ich hatte mich wirklich verändert. Mein Herz war so voller Freude, dass ich allen anderen Patienten von Jesus erzählen musste. Es dauerte nicht lange, da durfte ich aus der geschlossenen Abteilung in die offene wechseln. Es war offensichtlich. Ich war nicht mehr die alte. Nach und nach begannen die Ärzte, die Medikamente abzusetzen und nach einem Jahr wurde ich entlassen. Ich war nun auch offiziell gesund.

## **Dem Vergewaltiger vergeben**

Zur selben Zeit las ich in der Bibel, dass wir den Menschen vergeben sollen, die an uns schuldig geworden sind. Ich spürte ganz klar, dass auch ich vergeben muss. Auf Knien legte ich Gott diesen Bereich meines Lebens hin und vergab meinem Vater. Endlich hatte ich mit meiner Vergangenheit abgeschlossen.

Das ist nun mehr als dreissig Jahre her. Aber der Friede Gottes ist bei mir geblieben. Gottes Güte hat mich frei gemacht und geheilt. Hätte ich das nicht erlebt, wäre ich immer noch in der Klinik oder tot. Aber Jesus hat mich aus der tiefsten Tiefe herausgerissen und gerettet.

Datum: 11.03.2017

Autor: Miriam Hinrichs

Quelle: Jesus.ch / wunderheute.tv