

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

Depression ist genauso wenig eine Krankheit wie die Narkolepsie oder Migräne.

Jesus wurde depressiv

Mk.14:33: ... begann zu erschauern und niedergedrückt¹ zu werden.

Das Wort >niederdrücken< übersetzt ins Lateinische, heißt **Depression²!**

Alles was der Herr an negativen Erfahrungen auf der Erde durchleben musste, geschah *für uns!* Was Er auf sich nahm, trug er von uns fort³, 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 erschuf⁴, 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 Niedergedrücktsein geschieht ohne äußerlichen Anlass, es *scheint* keine Ursache zu geben⁵. Aber die Schrift bezeugt uns, was die Ursache ist:

Ein fröhliches Herz macht das Gesicht heiter; aber beim Kummer des Herzens ist der Geist niedergeschlagen⁶. (Spr.15:13 Elberf. Über.)

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

Deshalb ist Depression **keine Krankheit** sondern ein Angriff⁷, ein Überfall⁸ böser Geister auf den Geist des Menschen. Das Gleiche passiert bei Narkolepsie oder Migräne.

¹ ἀδημονέω = ängstigen, beklemmt fühlen L: zagen, auch in [Ph.2:26](#)

² aus dem französischen *dépression* → *fr* („Senkung“), das auf lateinisch *dēpressio. onis*

³ [Jo.1:29](#) trägt = αἶρω = aufheben und wegtragen, vertilgen, vernichten, beseitigen;

⁴ z.B. Hass, Zorn, Strafe, Fluch, Eifersucht

⁵ Man spricht hier von endogener Depression

⁶ Mutlosigkeit! Es fehlt der Mut gegen die geistlichen Mächte aufzustehen ([Eph.6:12!-14](#))

⁷ καταλαμβάνω = überwältigen ([Mk.9:18](#)).

⁸ Οχλεω = belästigen ([Lk.6:18](#); [Ap.5:16](#))

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:⁹

Und es geschah, als die Sonne anfang sich zu neigen, da fiel ein tiefer Schlaf auf Abram, und siehe, Schrecken und große Finsternis überfielen ihn. (Gen.15:12) ([Mt.13:24,25](#))

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 *σχολάζω* kommt nur zweimal im NT vor. In [Mt.12:44](#) und [1.Kor.7:5](#) wo es mit "Muße" oder „Ruhe“ übersetzt wird.

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)

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)

⁹ [Hiob 27:20](#); [Pred.11:8](#); [Ps.91:6](#); [Mt.13:25](#)

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 ist¹⁰, 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!**

Und wacht!

Wer wacht, schläft nicht, d.h. er ist aktiv. Wer wacht, weiß das jemand kommen kann, der ihn „verderben“ will ([1.Kor.3:17](#)), also zerstören möchte ([1.Pe.5:8](#)).

Darum heißt es auch: Erwache, der du schlummerst, stehe auf aus den Toten, und aufleuchten wird dir der Christus! (Eph.5:14b)

stehe auf von den Toten!

Wie kannst du von den Toten auferstehen?

Satan gibt dir das Gefühl dass du ihm gegenüber so kraftlos bist, wie ein Toter. Das kein Leben in dir ist mit dem du den Löwen besiegen kannst. Du bist kraftlos, mutlos und damit passiv wie ein Toter. Mit dir kann Satan machen was er will, denn ein Toter wehrt sich nicht.

Was du braucht ist „Licht“:

Denn alles, was offenbar wird, ist Licht. (Eph.4:14a).

Du brauchst eine göttliche Offenbarung, welche dich erleuchtet! Was siehst du im Licht Gottes?

Erwache, der du schlummerst!

Das Licht zeigt dir Gottes Wahrheit: Du bist nicht tot sondern eingeschlafen! Das Licht Gottes weckt dich auf : Erwache! Jetzt siehst du die Dinge so, wie Gott: du KANNST aufstehen, weil du nicht tot bist! Was passiert jetzt, wenn du dich erhebst gegen Satan?

Aufleuchten wird dir der Christus!

Was siehst du denn in seinem Licht?

weil der, der in euch ist, größer ist als der, der in der Welt ist (1.Jh.4:4).

weil ihr den Bösen überwunden habt (1.Jh.2:13).

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“¹¹ 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, dass 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?

¹⁰ Christus in euch, die Hoffnung der Herrlichkeit. ([Kol.1:27](#))

¹¹ [Mk.5:10](#)

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.

(2.Mo 23,27)

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. (5.Mo 20,8)

c) von der Finsternis

und will ihn überfallen, solange er matt und verzagt ist. (2.Sam 17,2)

Ich denke an Gott – und bin betrübt; ich sinne nach – und mein Geist verzagt. Sela. (Ps.77:4)

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)

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

Das gr. Wort εξαπορέομαι, 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 eingeengt, 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

Ein verzagtes Herz¹² macht den Menschen feige und Furcht voll ([Mt.8:26](#); [Mk.4:40f!](#)).

Was aber hat das mit dem Himmel zu tun?

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!

¹² das Zusammenwirken von Seele und Geist ([Hb.4:12](#))

Ein Zeugnis: 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

2020/2