

# Inhaltsverzeichnis

Einleitung . . . . .	8
1. Die Kluft überbrücken . . . . .	11
2. Angst- und Panikstörungen . . . . .	29
3. Trauma . . . . .	45
4. Depression . . . . .	67
5. Narzisstische Persönlichkeitsstörung . . . . .	87
Nachwort des Herausgebers . . . . .	105
Endnoten . . . . .	106
Bibelstellenindex . . . . .	112
Stimmen zum Buch . . . . .	115

### ***Psychologisch und geistlich***

Kurz ein Wort zu den Begriffen *psychologisch* und *geistlich*. *Psychologische* und *psychiatrische Probleme* werden oft synonym verwendet. Sie beziehen sich auf störende Gedanken und Gefühle, die unsere Beziehungen, unser Wachstum und unsere Arbeit beeinträchtigen. In der Regel wird davon ausgegangen, dass sowohl unser Körper als auch die zerstörerischen Handlungen anderer Menschen die Hauptursachen sind. Viele dieser schwierigen Erfahrungen wurden im *Diagnostic and Statistical Manual of Mental*

Disorders (DSM-5) der amerikanischen psychiatrischen Gesellschaft (APA) erfasst.<sup>1</sup> Dazu gehören depressive Störungen, bipolare Störungen, Angstzustände, Schizophrenie, Traumata und viele andere. Der Begriff *psychiatrisch* deutet dabei darauf hin, dass Medikamente zur Behandlung eingesetzt werden können. Mit dem Begriff *psychologisch* wird auf nicht-medikamentöse Strategien zur Bewältigung von Emotionen, zur Überarbeitung gefährlicher Denkmuster und zur Steuerung von Beziehungen hingewiesen.

Diese Begriffe stehen im Gegensatz zu *geistlichen Problemen*. Wenn wir ein geistliches Problem haben, denken wir normalerweise, dass wir unsere Bibel lesen und beten sollen. Oder wir sind vielleicht hartherzig und rebellisch und unsere himmlische Zukunft könnte in Gefahr sein. Aus dieser Perspektive betrachtet, leben psychologische und geistliche Probleme in zwei verschiedenen Welten, denn psychologische Probleme lassen sich nicht auf ein rebellisches Herz reduzieren oder durch geistliche Disziplinen heilen. Die Bibel legt jedoch nahe, dass mit *geistlich* etwas Tiefgreifenderes gemeint ist.

Das Wort Gottes spricht sowohl über die körperlichen, als auch über die beziehungsbedingten traumatischen Ursachen, die bei psychologischen und psychiatrischen Problemen von größtem Interesse sind. Gott hat uns als körperliche Wesen erschaffen und die Bibel bezieht sich auf körperliche und geistige Behinderungen, die uns alle unweigerlich betreffen. Gott spricht über unseren Körper. Halte mal Ausschau nach dem Wort *schwach*, mit dem sich die Schrift häufig auf körperliche Kämpfe bezieht. Zum Beispiel: »Der Geist zwar ist willig, das Fleisch [d.h. der Körper] aber *schwach*« (Markus 14,38; Hervorhebung hinzugefügt). Mit anderen Worten: Auch wenn wir vorhaben, lange aufzubleiben und zu beten, arbeitet unser Körper nicht immer mit unseren guten Absichten zusammen. Das bedeutet, dass wir bei der Sorge füreinander erkennen müssen, dass unsere Gedanken, Gefühle und Handlungen von unserem Körper beeinflusst werden können. Ursache dafür kann es viele geben, wie zum Beispiel Schlafmangel, ein

Schlaganfall, Nebenwirkungen von Medikamenten und sogar alle möglichen chemischen oder anatomischen Probleme im Gehirn, die derzeit nicht erkannt werden können.

In der Bibel geht es auch um unsere Beziehungen: »Wehe den Hirten, die die Schafe meiner Weide zugrunde richten und zerstreuen!, spricht der HERR« (Jeremia 23,1). Gewalt in Worten und Taten zerstört. Gott sieht uns, wenn andere gegen uns gesündigt haben, und spricht zu uns, wenn wir Opfer von Gewalttaten geworden sind. Der Anlass für viele der Psalmen sind Unterdrückung und Gewalt. Die Psalmisten, die für uns alle sprechen, sind am Ende ihrer Kräfte und wenden sich an Gott mit der Bitte um Kraft, Hilfe und Gerechtigkeit.

Geistliche Probleme gehen tief. Sie sind Angelegenheiten unseres Geistes, für die wir den Heiligen Geist brauchen. Zwar können wir von Medikamenten und anderen Behandlungen profitieren, aber mehr als alles andere brauchen wir Gott und seinen Geist. Lass uns das noch einmal genauer betrachten.

Geistliche Probleme haben etwas mit unserem Geist zu tun. Dein Geist ist dein wahres Ich – alles Gute, Schlechte, Verwirrte, Schmerzhaftes, Ungewisses, das, was ein Grund zum Feiern ist, deine Liebe, deine Zweifel, deine Scham und alles, was du hoffst, geheim zu halten. Die Bibel verwendet auch andere Wörter anstelle von Geist, wie zum Beispiel Herz, Verstand und Seele (wobei Herz das häufigste Wort ist). Sie alle bezeichnen die Glaubensvorstellungen, die uns am wichtigsten sind, die Emotionen, die unsere wahren Wünsche zum Ausdruck bringen, und die Auswirkungen zerbrochener Beziehungen, die jeden Moment des Lebens zu beeinflussen scheinen. Sie bezeichnen auch das Zentrum unseres Seins, in dem das Leben vor Gott gelebt wird und in dem wir ihn selbst brauchen. Geistliche Probleme reichen viel weiter, als wir uns zunächst vorstellen.