EVANGELISCHES RUNDFUNKREFERAT NRW / KIRCHE IM WDR

Ev. Rundfunkreferat NRW / Kirche im WDR - Hans-Böckler-Str. 7 - 40476 Düsseldorf
TELEFON: 0211-41 55 81-0 - buero@rundfunkreferat-nrw.de - www.kirche-im-wdr.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Ev. Rundfunkreferat NRW. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 2 | 29.07.2022 05:55 Uhr | Sabine Steinwender

Fürchte dich nicht

Aktualisierte Wiederholung vom 12.08.19, WDR2

Im Kindergarten: Mutter und Tochter. Die beiden verabschieden sich.
Ku?sschen hier– Ku?sschen da – winke, winke. Amelie la?uft zu den anderen – zum Sandkasten. Anna blickt ihr nach. Und kann sich plötzlich nicht mehr vom Fleck bewegen. Was wenn die Kinder die Sandkuchen gleich essen? Was wenn heute Nacht jemand in den Sandkasten gekackt hat? Eine Katze, eine Ratte ... nicht auszudenken.
Die Erzieherin fragt: "Mu?ssen Sie heute gar nicht zur Arbeit?“ "Doch, doch“, sagt Anna und geht. Sie kommt nicht weit. Was wenn die Kinder jetzt vom Sandkasten zum Bach laufen. Amelie ist doch erst drei. Was wenn sie reinfa?llt – kommt sie alleine wieder hoch? Bleiben Kinder nicht einfach unter Wasser? Hat sie doch gerade erst gelesen. In dieser Zeitschrift. Worauf Eltern im Sommer besonders achten mu?ssen.
Anna la?uft zuru?ck, alles gut. Nun schafft sie es tatsächlich bis in`s Auto. Die Klimaanlage läuft. Der Schweiß trocknet. Sie blickt auf ihr Handy. Verdammt, denkt sie. Peter hat noch nicht gesimst. Er mu?sste doch schon la?ngst angekommen sein. – "Siri, Peter anrufen“. Mit jedem Tut steigt der Druck in ihrem Kopf. Tra?nen kullern u?ber ihre Sommersprossen. Peter ist ihr Mann.
"Angststo?rungen“ – das sind unbegru?ndete A?ngste. Ein U?bermass an Angst. Vor Dingen, vor denen man sich nicht a?ngstigen muss. Und trotzdem hat man sie - die Angst. Im Fachjargon heißt das: "Generalisierte Angststo?rung“.

Bei Anna ist das jetzt ein Jahr her. "Mein Gott, was ich alles geschafft habe“, sagt sie. "Heute wundere ich mich, warum mein Mann mir sta?ndig simst. Bin gut angekommen. Komme spa?ter. Soll ich die Dienstreise absagen? Anna lacht. "Ich fahre sogar wieder Auto“ erzählt sie – "richtig weite Strecken. 50 km und mehr – bis zu meiner Freundin nach Ko?ln.“ Anna ist ma?chtig stolz auf sich. Sie hat es geschafft. Auch wenn sie arbeiten geht, weiß sie, dass sie ankommt. Dass ihr nicht eine Panikattacke dazwischen kommt.
"Gott hat uns nicht gegeben, den Geist der Furcht, sondern den Geist der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit“. Klingt cool. Da muss man aber erstmal hinkommen. Die Angst loswerden. Den Ungeist. Um frei zu sein - fu?r die anderen Geister: die Kraft, die Liebe, die Besonnenheit.
Wie das geht? Anna hat sie bearbeitet, die Ängste– in der Therapie. Jede Woche ist sie da hin. Und: Sie hat eine Tablette genommen – jeden Tag. Und: Sie hat sich darauf verlassen, dass Gott sie nicht verla?sst – auch wenn sie von allen guten Geistern verlassen ist. Anna hat immer gesagt: "Mir kann nichts passieren. Gott ist bei mir“. Fu?rchte dich nicht“, sagt

Gott. Und was ist mit Ihnen?