

# ANGSTFREI

## Jesus im Garten Gethsemane



**Angst** ist eine lebenswichtige Emotion, die uns **schützt** und unser Verhalten **sinnvoll steuert**. **Problematisch** wird **Angst**, wenn sie übermächtig wird und das **Leben** stark **einschränkt**. Die **Bibel** spricht immer wieder davon, wie Angst unser Leben prägen kann – und wie **Gott** uns darin **begegnet**.

Jesus sucht  
Gemeinschaft

Jesus sucht  
das Gebet

Jesus vertraut  
Gott

Jesus steht zu  
seinen Gefühlen



Denn Gott hat uns nicht gegeben  
den Geist der Furcht,  
sondern der Kraft und der Liebe  
und der Begonnenheit.

2. Tim. 1,7

Die Botschaft  
Gottes gegen  
Angst lautet:

