

**Handout****Predigt****Ps 103, 1-13**

„Eine Entscheidung, die deinen Tag verändern kann“

---

**„Lobe den Herrn, meine Seele!“**

David spricht hier nicht jemand anderes an, sondern vielmehr sich selbst. Er fordert nichts von dir oder mir, sondern redet zu seiner eigenen Seele. Er trifft eine Entscheidung. *„Lobe den Herrn, meine Seele!“* Für manch einen mag das befremdlich klingen. Also Selbstgespräche führen? Es gibt Studien, die belegen, dass das durchaus motivieren und ermutigen kann. Aber David führt hier mehr als nur ein Selbstgespräch. Er fordert seine Seele auf. Er erteilt ihr sogar einen Befehl.

Im AT meint „Seele“ den ganzen Menschen. Gott hat den Menschen geschaffen und ihm seinen Geist eingehaucht. Und so wurde er eine *„lebendige Seele“* (Gen 2,7). D.h., du hast eine Seele und du bist zugleich Seele. David meint also: *„Lobe doch den Herrn, meine Seele, mein ganzes Wesen, mein ganzes Sein.“* Und er fährt fort: *„und alles, was in mir ist, seinen heiligen Namen!“* Was ist denn in mir, in dir? Sind es nicht oft auch Enttäuschungen, Ärger, Sorgen, Verletzungen? Sind es nicht auch die Botschaften, die andere in mein Leben gesprochen haben oder denen ich bereitwillig glaube? Ist es nicht auch meine Hilflosigkeit, Müdigkeit und Überforderung? Sind es nicht genau diese Gedanken-Strudel, die mich immer wieder nach unten ziehen? All das war auch in David. Aber er setzte sich nicht hin, um zuerst all diese Dinge zu bearbeiten und abzulegen. Sondern mit all dem tritt er vor seinen Gott. Und entscheidet sich, ihn zu loben. Seinen heiligen Namen zu preisen. Und was geschieht? Er ordnet damit alles, was in ihm ist, Gott unter. Im NT hat Paulus das ähnlich formuliert: *„Wir nehmen jeden Gedanken gefangen unter den Gehorsam des Christus.“* (2Kor 10,5) Nichts, was in mir ist, kann jemals größer sein als

Christus. Selbst die Tiefen meiner Seele sind ihm untergeordnet. Er steht über allem, was mich belastet, entmutigt oder gefangen halten will. „*Lobe den Herrn, meine Seele, und was in mir ist, seinen heiligen Namen!*“

Aber warum scheint es so wichtig zu sein, die eigene Seele anzusprechen und zum Lob Gottes aufzufordern? Zwei Gründe:

①. Unsere Zeit fordert ständig von uns, auf unsere Seele zu hören. Denn als Wahrheit gilt heute das, was ich fühle. Was meine Seele mir sagt. Mehr noch: Ich bin, was in meinem Inneren passiert. Und das darf, ja, das muss ich ausleben. Denn nur dann bin ich authentisch. Und meine Mitmenschen haben das zu akzeptieren. Dieses Grundempfinden prägt unsere Gesellschaft: Höre auf das, was in dir ist. Das hat nebenbei bemerkt viele ethische Konsequenzen. David hingegen ermutigt uns ausdrücklich: „Höre nicht nur auf deine Seele, sondern sprich auch zu ihr. Denn natürlich kann sich deine Seele irren. Fordere sie auf, den Blick auf den Herrn zu richten, ihm zu vertrauen und ihn zu loben. Fordere sie auf, der Wahrheit Gottes zu glauben, die der Wahrheit unserer Welt oft genug entgegensteht. Fülle deine Seele mit dem Wort Gottes, das von seiner bedingungslosen Liebe spricht, von Jesu umfassender Vergebung, von deiner Würde als Kind Gottes, weil der Heilige Geist in dir wohnt und bleibt. Predige deiner Seele, dass dich niemand aus der Hand Jesu reißen kann. Dass der Herr dich mit seinen Augen leiten wird. Dass er gute Gedanken für deine Zukunft hat. Dein Kopf mag das alles wissen, aber dein Herz vergisst schnell. Darum lass deine Seele um Gottes Wahrheiten kreisen, damit du aus dem Kreisen um dich selbst heraustreten kannst.“

Und ein ②. Grund: Vermutlich kennst du das gut: Du nimmst dir Zeit, um auf Gott zu hören, aber deine Gedanken schweifen ab. In Ps 57,9f. heißt es: „*Wach auf, meine Seele! ... Herr, ich will dich preisen unter den Völkern.*“ Wieder solch eine Selbstaufforderung! Es ist wichtig, zu meiner Seele zu sprechen, damit ich nicht nur bei mir bleibe,

sondern empfangsbereit werde. Ich warte auf den Herrn und begegne ihm. Und seine Liebe wird mich neu füllen.

②. „*Lobe den Herrn, meine Seele. Und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat!*“ Wir vergessen so viel. Heute ist Erntedankfest. Aber mal ehrlich: Was verbinden wir mit Erntedank? Nehmen wir wahr, wofür wir dankbar sein können?

Das Volk Israel hat von Anfang an gegen das Vergessen eine Kultur des Erinnerns gepflegt. Die Eltern feiern mit ihren Kindern, dass Gott sie aus Ägypten befreit hat. Sie feiern es so, als ob sie selbst vor vielen tausend Jahren dabei waren: „*Der Herr hat dich durch die Wüste geleitet. Er hat dich Tag für Tag ernährt und gekleidet. Er hat dein Murren ertragen und über dein Verlangen nach den Fleischtöpfen Ägyptens hinweggesehen. Er hat den Felsen geöffnet und dich mit Wasser getränkt. Er hat dich mit himmlischem Manna gespeist. Er hat dich in das Land der Verheißung geführt. Seine Gnade hat er mächtig an dir erwiesen. Und deshalb wird er dich auch heute und in Zukunft tragen, mit Gutem beschenken und mit seiner Gnade umgeben. Denn er wird nie aufhören, dich zu lieben und dir zu vergeben. Wenn du einst also durch Dunkelheiten gehen musst, fürchte dich nicht, denn er ist und bleibt bei dir.*“ Eine Kultur des Erinnerns.

„*Lobe den Herrn, meine Seele. Und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat.*“ Mach es dir bewusst. Vielleicht jeden Abend, bevor du dich schlafen legst. Oder schreib es auf. Und lies immer wieder einmal nach. Oder teile es mit anderen.

③. „*Und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat!*“ Nun zählt David auf, was Gott uns geschenkt hat: „*Der dir alle deine Sünden vergibt.*“ Nicht nur die größten oder die gängigsten oder die offensichtlichen Sünden hat er dir vergeben, sondern alle. Das ist das größte Geschenk, das Gott uns macht. Denn Sünde ist weit mehr als eine schlechte Tat. Sünde ist alles, was uns von Gott trennt. Und um uns dieses Geschenk zu überbringen, musste Jesus, der Sohn Gottes, Mensch werden. Mehr noch: Er nahm alle unsere Sünde auf sich. Er nahm sie mit in den Tod

am Kreuz. Damit wir Vergebung haben. Eine Beziehung zu Gott als unserem Vater. „*Der dir alle deine Sünden vergibt*“, das ist das Zentrum unseres Glaubens. Willst du Gott dafür nicht loben?

„*Und er heilt alle deine Gebrechen.*“ Als David diesen Psalm betete, war er schon im hohen Alter. Er kämpfte mit körperlichen Gebrechen. Er litt unter familiärem Zerbruch. Aber weil Gott ihm vergeben hatte, wusste er, es kommt der Tag, an dem Gott alles heil machen wird, so wie er es hier und da immer wieder erlebt hatte. Das gilt auch uns: Am Ende wird Gott alles heil machen! Und er lässt es uns jetzt schon immer wieder erleben. – „*Der dein Leben vom Verderben erlöst.*“ Gemeint ist: „von allem, was dich bedroht und zerstören will.“ Und damit schließlich auch vom Tod. Durch Jesus hast du ewiges Leben. Ist das nicht ein Grund, Gott zu loben? Selbst an einem schrägen Tag! – „*Der dich krönst mit Gnade und Barmherzigkeit.*“ Gott gibt dir eine Würde, die dir niemand nehmen kann. Durch Jesus bist und bleibst du sein Kind.

„*Lobe den Herrn, meine Seele. Und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat.*“ Aber nicht nur, was Gott getan hat und tut, ist deines Lobes wert. Sondern vielmehr er selbst. Sein Charakter und sein Wesen. Denn „*barmherzig und gnädig ist der Herr, geduldig und von großer Güte.*“ Was David hier ausspricht, durchzieht die ganze Schrift wie ein Refrain. So ist unser Gott. Das ist sein Wesen. „*Barmherzig und gnädig ist der Herr, geduldig und von großer Güte.*“ Predige es deiner Seele. Immer wieder. Damit dein Herz mehr und mehr fassen kann, wie Gott ist. Und wie er dir begegnet. „*Barmherzig und gnädig ist der Herr, geduldig und von großer Güte.*“ Nebenbei: Was hier mit „*geduldig*“ übersetzt ist, bedeutet: „*langsam zum Zorn*“. Wir sind in der Regel schnell zum Zorn. Wir regen uns schnell auf, empören uns heftig und sprechen schnell ein Urteil. Gott dagegen ist langsam zum Zorn. Sein Zorn ist kein Affekt, kein emotionaler Ausbruch, keine Empörung. Sondern vielmehr Liebe. Liebe, die leidenschaftlich gegen alles antritt, was uns von seiner großen Güte trennen will.