

# DER SEELE EINE SPRACHE GEBEN (PREDIGTREIHE ÜBER PSALMEN)



## »...wenn es eng wird« Psalm 4

## »...wenn es eng wird« Psalm 4

In den Chiemgauer Alpen in Bayern wurde dieser Tage eine 84-jährige Kuhhirtin in ihrer Alm-Hütte von einer Lawine verschüttet. Vier Meter Schnee bedeckten sie. Nachdem sie zwei Tage dort unten ausgeharrt hatte, sendete sie einen Notruf. Die Retter der Bergwacht haben sich dann zu ihr durchgegraben und sie befreit. Die rüstige Oma Maria meinte, dass sie zwar noch für drei Monate Proviant in der Hütte hätte, aber es wäre ihr einfach unheimlich gewesen, in der Dunkelheit des Schnees. So ging dieses Lawin Unglück für sie noch einmal gut aus. Sie hat überlebt und wurde gerettet. Aber selbstverständlich ist das nicht:

### Video-Clip

Tödlich endete auch der Lawinenabgang am 23. Februar 1999, also am letzten Montag vor zehn Jahren. Damals wurde der österreichische Ort Galtür im Paznauntal in Tirol von einer schrecklichen Lawine heimgesucht. Nachmittags kurz nach 16.00 Uhr donnerten 87.000t Schneemassen in einer Geschwindigkeit von 290 km/h 1300 Meter den Berg hinab und kamen erst mitten im Ort zum Halten. 31 Menschen verloren bei diesem Unglück ihr Leben, 18 weitere wurden verletzt. Man spricht hier von einer Jahrhundertlawine.

Es muss ein schreckliches Gefühl sein, in dieser Enge des Schnees eingeschlossen zu sein, sich nicht mehr bewegen zu können, zu wissen, die Luft reicht nur für 15-20 Minuten. Bis dahin müssen sie mich gefunden haben, sonst ist es aus. In der hebräischen Sprache gibt es für diesen Zustand und dieses beklemmende Gefühl ein ganz kurzes Wort dafür: »zar«: Bedrängnis, Enge, Angst. Wer »zar« erlebt, kriegt schier keine Luft mehr. Der Countdown läuft bis zum endgültigen Ende. Es sei denn, jemand kommt hinzu, findet mich und holt mich aus dieser Enge wieder heraus und schafft mir Raum zum Atmen.

Wir haben bei der letzten Predigt vor zwei Wochen bei David festgestellt, dass sein Leben ganz schön durcheinander gekommen ist. Sein eigener Sohn hat gegen ihn, den König eine Revolte angezettelt. Und nun ist David auf der Flucht mit seinen letzten Getreuen. Psalm 3 entstand in dieser Zeit, ein Morgenlied. Wenn wir heute den 4. Psalm miteinander betrachten, haben wir ein Abendlied vor uns, das vielleicht in derselben Zeit seinen Ursprung hat. David erlebt »zar«: Enge, Bedrängnis, Angst. Er wurde von einer Lawine der Gewalt, der Demütigung und Feindschaft mitgerissen und verschüttet. Sein Countdown läuft. Die Aussichten für eine Zukunft sind nur noch sehr begrenzt. Die Prognosen sprechen gegen ihn. Der Atem gefriert ihm beinahe im Hals, angesichts der Kälte, die ihm begegnet. Aber David reagiert ganz und gar nicht panisch. In dieser Enge dichtet er ein Lied und widmet es dem Lobpreisleiter, dem es dann irgendwie übermittelt wird. Während er in dem Morgenlied von Psalm 3 Mut findet für den Tag »*bei dem Herrn findet man Hilfe.*«, hilft ihm das Abendlied in der Nacht zum Einschlafen.

Lesen wir einmal miteinander im Wechsel diese Worte, die David als Sprache dienen, um sein Leben in Angst Gott gegenüber auszudrücken.

### **Psalm 4** (Luther-Übersetzung)

*Ein Abendgebet. 1 Ein Psalm Davids, vorzusingen, beim Saitenspiel.*

*2 Erhöre mich, wenn ich rufe,*

*Gott meiner Gerechtigkeit,*

*der du mich tröstest in Angst;*

*sei mir gnädig und erhöre mein Gebet!*

*3 Ihr Herren, wie lange soll meine Ehre geschändet werden?*

*Wie habt ihr das Eitle so lieb und die Lüge so gern!*

*4 Erkennt doch, dass der HERR seine Heiligen wunderbar führt;*

*der HERR hört, wenn ich ihn anrufe.*

*5 Zürnet ihr, so sündigt nicht;*

*redet in eurem Herzen auf eurem Lager und seid stille.*

*6 Opfert, was recht ist,*

*und hoffet auf den HERRN.*

*7 Viele sagen: »Wer wird uns Gutes sehen lassen?«*

*HERR, lass leuchten über uns das Licht deines Antlitzes!*

*8 Du erfreust mein Herz,*

*ob jene auch viel Wein und Korn haben.*

*9 Ich liege und schlafe ganz mit Frieden;*

*denn allein du, HERR, hilfst mir, dass ich sicher wohne.*

## **1. Raum in der Enge**

Das große Glück der 84-jährigen Kuhhirtin Maria in Bayern war, dass ihre Hütte zwar verschüttet, aber nicht zerstört wurde. Sie hatte unter den gewaltigen Schneemassen Raum, um zu atmen, sich zu bewegen, ja sogar, um per Handy einen Notruf ins Tal abzusetzen.

So ähnlich beschreibt das auch David für seine Situation. Er schreibt *»du tröstest mich in Angst«*. Wörtlich heißt das übersetzt *»in Bedrängnis hast du mir Raum gemacht«*. In seiner »zar«, der Enge, die ihn umschließt, gibt es für ihn einen Raum, der ihm Luft zum Leben lässt. Er befindet sich in einem Schutzraum, einer Luftblase. Inmitten einer erdrückenden Situation ist er in Sicherheit. Wie in einer sicheren Hülle ist er inmitten einer schier ausweglosen Situation geborgen. Was ist dieser Raum, diese Hülle für ihn, die ihn hier schützend einhüllt und umgibt?

### **1.1 Gott, meine Gerechtigkeit**

Es ist der *»Gott meiner Gerechtigkeit«*. Dieser Formulierung ist in der Bibel einzigartig. Nur in diesem Psalm kommt sie vor. David schreibt hier von niemand ab oder bedient sich

an den Erfahrungen Anderer. Ganz original wendet er sich an den Gott seiner Gerechtigkeit. Das will heißen: »Gott, du bist meine Gerechtigkeit. Ich stehe hier unter massivstem Druck, überall begegnen mir diese Anfeindungen, diese Verletzungen, die Verleumdungen, die Verlassenheit. Aber ich berufe mich auf dich. Du sorgst für mein Recht. Ich lege meine Sache, mein ganzes Leben in deine Hände und lass dich Recht sprechen, urteilen und handeln. Meine Zukunft soll dir gehören aus deiner Hand will ich sie nehmen.«

»Aber David«, könnten wir nun entgegenen, »ist das nicht gefährlich. Du weißt doch, dass du auch Schuld auf deinem Konto hast. Du hast dich auch nicht immer gut verhalten.

Was machst du, wenn Gott dich durch diese Lawine, die dich erfasst hat, bestrafen möchte, wenn dieses ganze Desaster sogar von ihm kommt, eben weil Gott gerecht ist. Vielleicht warst du eben gerade nicht gut genug und du wirst nun zurecht von Gott verurteilt.« Das wäre ja ein unvorstellbarer Gedanke, dass Gott, auf den David alle Hoffnung setzt, nun sein Gegner und Feind geworden wäre. Was kann er diesem Gedanken entgegen setzen?

Ein Blick in das Neuen Testament hilft uns hier weiter. Was David schon wusste, wird hier von Paulus festgeschrieben. Im Neuen Testament erhält diese Gerechtigkeit bei Gott noch eine ganz andere Dimension. Da heißt es nicht nur, dass Gott recht richtet, also ein faires und gerechtes Urteil spricht, sondern geht weit darüber hinaus. So kann Paulus schreiben (Römer 5,1): *»Da wir nun durch den Glauben von Gott für gerecht erklärt worden sind, haben wir Frieden mit Gott durch das, was Jesus, unser Herr, für uns tat.«*

Dieser Spitzensatz gibt uns allen richtig Luft. Nicht unsere Leistung, unser möglichst fehlerfreies Leben, spricht uns gerecht, sondern der Glaube an Gott. Diese Gerechtigkeit ist nicht in unserem Leben zu suchen, sondern in Gottes Person. Wer sein Leben in Gottes Hände legt und ihm anvertraut, der ist immer und jederzeit von Gott für gerecht erklärt, egal wie viel Schuld sein Leben beinhaltet. Paulus begründet diese These mit dem, was Jesus für uns getan hat. Jesus hat sich für unsere Schuld geopfert, aufgerieben, hingerichtet lassen. Damit ist alles beglichen. Die €1,30 aus dem Leergutautomaten oder wie in Davids Situation, der Mord und Ehebruch, für alles wurde bereits die Rechnung bezahlt, nichts, aber auch gar nichts, steht mehr trennend zwischen uns und Gott.

Wenn wir gleich im Anschluss das Abendmahl feiern, können wir uns auf diesen Satz hin voller Freude an Gott wenden: »Gott, meine Gerechtigkeit. Weil Jesus, sich hingegeben hat, gestorben ist, habe ich Frieden mit Gott. Er steht seither auf meiner Seite. Ich lege mich in deine Hände und glaube dir. Du bist meine Rettung, mein Raum zum Atmen, meine Zuflucht.«

### **1.2 sei gnädig und höre**

In diesem Wissen wendet sich David nun in seiner Enge an Gott und erinnert ihn an seine Gnade. Wir merken, dass David sich eben nicht auf seine Leistung und seine Erfolge beruft. »Schau mal, was ich alles schon für dich geleistet habe. Meine guten Taten wiegen doch bestimmt die schlechten wieder auf.« Nein, er beruft sich allein auf Gottes Gnade. Er weiß auch, wie der bekannte Baptistenpastor Spurgeon schrieb: »Die besten

Menschen brauchen genauso Gnade wie die schlechtesten.« Darauf besinnt sich auch David. Unverdient soll sich Gott ihm zuwenden und ihm zuhören. »Gott, in deiner Gnade, die alle meine Schuld vergibt, höre mich, rette mich. Du hättest viel Grund, mich fertig zu machen, mir die Luft abzdrehen, aber ich setze alles auf deine Gnade.«

## 2. Licht in der Dunkelheit

Und das macht David ruhig. Er gerät in seiner lebensbedrohlichen Situation der Enge nicht in Panik. Er weiß, er hat den Notruf bei Gott abgesetzt und Gott antwortet. Gott weiß über alles Bescheid. Nun wird er auch alles dran setzen, ihn aus der Lawine wieder herauszuholen. Das macht ihn ruhig und erleuchtet seine dunkle Umgebung.

### 2.1 Gottes Angesicht

Er betet: »Lass das Licht deines Angesichts über uns leuchten, Herr!« Das ist seine Lichtquelle, die ihm hilft, sich zurechtzufinden und zu orientieren. Gott selber ist es. Wenn wir uns trauen, mit unserem Leben, mit unserer Schuld, mit den Bedrohungen Gott unter die Augen zu treten, wird es hell. Die Nähe Gottes spendet Licht. Die Dunkelheit, die sich mit ihren schweren Schatten auch auf das Gemüt legt, muss weichen, wenn das Licht eindringt.

### 2.2 Freude

David kann sogar Freude empfinden. Das ist phantastisch. Selbst seine Gefühlslage wird durch die Nähe Gottes beeinflusst. Wohlgemerkt, die Situation hat sich noch überhaupt nicht geändert. Rein äußerlich von den Umständen ist immer noch alles beim Alten. David ist immer noch in der Enge und die Aussichten nicht gut. Sogar die Leute sagen bereits: »Wer wird uns Gutes sehen lassen«. Die »Neues Leben Übersetzung« gibt es wieder mit: »Wer wird uns bessere Zeiten bringen?« Diesen Satz können wir dieser Tage angesichts dunkelster Wirtschaftsprognosen sehr häufig hören und lesen. Und die Zahlen unterfüttern diese Prognosen auch noch. Wir geraten in Sorge um die Zukunft. »Wie können wir das alles noch bezahlen? Wo kommt Arbeit her, dass ich mich versorgen kann? Wie kann die Gemeinde sich halten? Wie werden es unsere Kinder bewältigen?« Aber David erlebt es anders: »Du hast mir größere Freude geschenkt als denen, die viel Wein und Korn ernten«. Seine Freude ist nicht länger abhängig von materiellem Wohlstand, von Reichtümern oder einer finanziellen Grundabsicherung für das Alter. Seine Gefühle werden von Gott geprägt. Gottes guter Einfluss dringt selbst in seine dunkle Höhle durch und verändert seine Sichtweise.

### 2.3 Frieden, Ruhe und Sicherheit

Selbst auf seinen Schlaf wirkt sich dieser Einfluss aus. »Ich will mich in Frieden hinlegen und schlafen, denn du allein, Herr, gibst mir Geborgenheit.«, so singt er in seinem Lied. Dieser innere Friede lässt ihn Abstand gewinnen von den Sorgen und den äußeren negativen Umständen. Er kann sich dem Schlaf hingeben, auch wenn so vieles noch offen und auch gefährlich bleibt, weil er sich bei Gott in den sichersten Armen befindet.

Ganz so, wie es Jochen Klepper im Jahr 1938 in einem Lied geschrieben hat, in einer Zeit, in der die Welt unter dem schrecklichen Einfluss Adolf Hitlers in den zweiten Weltkrieg hinein taumelte und seine Frau und beiden Töchter als Jüdinnen unter größtem Druck lebten:

*Ich liege, Herr, in deiner Hut und schlafe ganz mit Frieden. Dem, der in deinen Armen ruht, ist wahre Rast beschieden.*

*Du bist's allein, Herr, der stets wacht, zu helfen und zu stillen, wenn mich die Schatten finstrier Nacht mit jäher Angst erfüllen.*

*Dein starker Arm ist ausgereckt, dass Unheil mich verschone und ich, was auch den Schlaf noch schreckt, beschirmt und sicher wohne.*

*Ich achte nicht der künftigen Angst. Ich harre deiner Treue, der du nicht mehr von mir verlangst, als dass ich stets aufs neue*

*zu kummerlosem, tiefem Schlaf in deine Huld mich bette, vor allem, was mich bitter traf, in deine Liebe rette.*

## 3. Weg in der Ausweglosigkeit

Wenn wir diesen Psalm lesen, können wir uns nicht sicher sein, wem es eigentlich besser geht. David dem geächteten und gestürzten König oder den gewalttätigen und skrupellosen Putschisten. Ich zweifle, ob diejenigen, die damals politisches Oberwasser hatten, eine aussichtsreiche Zukunft und erfolgreiche Strategien, denselben Frieden und dieselbe Geborgenheit erlebten, wie David, der Unterlegene und Bedrängte.

So führt es dazu, dass David einige Zeilen seines Liedes auch an seine Feinde richtet, die in seinem Leben diese schreckliche Lawine los getreten haben. Es sind keine Forderungen, die er stellt, dazu befindet er sich nicht in der Position, aber voller Mitleid über sie, lädt er seine Feinde ein, ebenfalls bei Gott eine Heimat zu finden. Das klingt nun wirklich nicht gerade nach Kapitulation, wenn der Unterlegene seinen Feinden Ratschläge mit auf den Weg gibt. Aber daran merken wir, wie sehr David diese Nähe Gottes verinnerlicht hat.

### 3.1 von Gott ausgesondert und geführt

So empfiehlt er seinen Feinden dringend, sich von Gott führen zu lassen. Wunderbar geführt werden Gottes Leute, nicht immer den einfachen Weg, aber immer an Gottes Hand. Darin liegt auch der Ausweg für Davids Gegner, sich an Gottes Hand festzuhalten, sich von ihm führen zu lassen und den eigenen Weg zu verlassen.

### 3.2 nicht sündigen

Weiter rät er seinen Feinden, nicht zu sündigen. Er weiß genau, welches Unglück Sünde über ein Leben bringen kann und das wünscht er nicht einmal seinen Feinden. Auch sie sollen dieses unvergleichlich gute Angebot von Gottes Gnade erfahren und dadurch motiviert werden, von Sünde Abstand zu nehmen und sich an Gott zu orientieren.

### 3.3 nachdenken und zur Ruhe kommen

Dann lädt er seine Feinde ein, in der Stille nachzudenken und so zur Ruhe zu kommen. Er wünscht also den Menschen, die ihn angegriffen haben den Frieden Gottes. Wir werden gleich beim Abendmahl solch eine Zeit der Stille haben, vielleicht möchten auch Sie ganz persönlich sie nutzen, um mit Gott Frieden zu schließen und sich für ihn zu öffnen. Wir werden in wenigen Tagen bei ProChrist ebenfalls einladen, über das Leben nachzudenken und in der Stille bei Gott Antworten zu finden. Vielleicht sind es auch Ihre persönlichen Gegner, die davon angesprochen werden. Dafür zu beten, lohnt sich allemal.

### 3.4 Opfer und Vertrauen

Und schließlich gibt er den Feinden den entscheidenden Hinweis, dass sie ebenfalls beginnen, Gott zu vertrauen. Sie sollen mit Opfer zum Ausdruck bringen, dass sie sich selber in Gottes Hände legen. In dem Opfer wird dargestellt, dass sie die Ansprüche und die Kontrolle über ihr Leben an Gott abgeben. Wenn wir Geld opfern, geben wir es ab, dass Gott damit etwas bewirken kann. Wir trennen uns bewusst davon. Damit lernen wir und werden motiviert, auch alle weiteren Bereiche des Lebens bei Gott abzugeben. »So wie mit dem Geld, das wir eingelegt haben, mach du mit unserem ganzen Leben etwas, das dir gefällt. Wir vertrauen uns dir an.«

Unbeschreiblich, welche Wendung in diesem Psalm die trostlose Lage eines Verschütteten nimmt, nur weil er erlebt, dass Gott ihm in dieser Enge Raum schafft. Das wünsche ich auch für Ihr persönliches Leben: Raum, um aufzuatmen, Raum, um aufzublühen, Raum, in dem Gott sich bei Ihnen entfalten kann.



Markus Gulden, Pastor der FeG Kandern,  
Meiergarten 4, 79400 Kandern-Sitzenkirch  
Tel: (07626) 972554; e-mail: Markus.Gulden@feg.de  
Internet: [www.markus-gulden.de](http://www.markus-gulden.de); [www.feg-kandern.de](http://www.feg-kandern.de)

---

Bildnachweis (Titelbild): ©stihl024/Pixelio, [www.pixelio.de](http://www.pixelio.de)