

# IN DIR FINDE ICH MEINEN WERT UND MEINE WÜRDE

## Reflektionen zu Psalm 139

Audios von Daniel Schulte

(ursprünglich gehalten im RGW, September 2018; als Audios im Juli 2021 neu bearbeitet)

### MONTAG

Die Psalmen der Bibel laden zum persönlichen Zwiegespräch mit Gott ein. Dabei geht es wohlthuend ehrlich und ungeschminkt zu. Die Beter sind ganz sich selbst und sehen gar nicht ein, sich vor Gott zu verstellen. Das ist ungemein befreiend. Zugleich aber lassen die Psalmdichter auch Gott sich selbst sein und erleben dabei, dass ihnen dies keine Angst macht sondern ganz im Gegenteil: Wo Gott Gott sein darf, da werde ich als Mensch umso mehr zum Menschen.

Der bekannte jüdische Religionsphilosoph Martin Buber hat die Erkenntnis geprägt: „Das Ich findet sich im Du – sowohl im zeitlichen, menschlichen Du als auch im ewigen, göttlichen Du.“

Das trifft speziell auch auf Psalm 139 zu – einen Text von König David, um den sich unsere Gedanken zum Tag diese Woche drehen sollen. David merkt: In der Wertschätzung meines ewigen Gegenübers findet sich mein Selbstwert, in der Wahrnehmung Gottes nehme ich mich selbst auf gute und gesunde Weise wahr.

Hören wir, wie David dieses Lied beginnt – wir lesen aus der Einheitsübersetzung:

*„Von David. Ein Psalm: HERR, du hast mich erforscht und kennst mich. Ob ich sitze oder stehe, du kennst es. Du durchschaust meine Gedanken von fern. Ob ich gehe oder ruhe, du hast es gemessen. Du bist vertraut mit all meinen Wegen. Ja, noch nicht ist das Wort auf meiner Zunge, siehe, HERR, da hast du es schon völlig erkannt. Von hinten und von vorn hast du mich umschlossen und hast deine Hand auf mich gelegt. Zu wunderbar ist für mich dieses Wissen, zu hoch, ich kann es nicht begreifen.“*

David merkt: Was immer ich heute tue oder lasse, rede oder denke – ich weiß mich in der beständigen Gegenwart meines Schöpfers und Gottes. Und das vermittelt mir eigenartigerweise kein beklemmendes Gefühl. Im Gegenteil: Ich weiß mich wahr- und ernstgenommen. Da ist jemand, der ein reges und liebevolles Interesse an mir hat. Wie ein Forscher und Entdecker wendet er sich mir zu und lässt sich nichts entgehen. Er hört sehr genau zu, schaut ganz genau hin und lässt mich spüren: Ich bin wichtig, ich bin offenbar von enormer Bedeutung.

Liebe Hörerinnen und Hörer, diese Erkenntnisse aus alten Tagen gelten auch uns an jedem Tag dieser neuen Woche. Wie David dürfen wir alltäglich in der Gegenwart Gottes leben, mit IHM reden und rechnen und darin Trost und Geborgenheit erfahren. Denn ein besseres Gegenüber können wir nie finden – über Gott können wir nie gut genug und nie groß genug denken. Und das *tut* gut – und es *ist* gut für unseren Selbstwert. Auch wenn wir uns selbst oft nur als Randnotiz im Weltgeschehen empfinden – für Gott sind wir die Topnachricht eines jeden Tages. Deshalb wollen wir

heute umso aufrechter durchs Leben gehen und all unser Tun und Lassen, all unser Reden und Hören so gestalten, dass ER seine wahre Freude daran hat.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen einen guten Tag und Wochenanfang.

## **DIENSTAG**

Zu Beginn dieses neuen Tages wollen wir uns wieder einige gute Gedanken gönnen und in das Zwiegespräch einklinken, das David in Psalm 139 mit Gott führt. Gestern ging es darum, dass wir uns selber finden, wenn wir Gott begegnen; dass unser Selbstwertgefühl gesund wird, wenn wir entdecken, wie wertgeschätzt wir in Gottes Augen sind. Egal, was wir tun und lassen, reden und hören: wir dürfen immer mit Gottes liebevoller Gegenwart rechnen.

Heute setzt David fort und erkennt, dass Gott nicht nur *immer* da ist, sondern auch *überall*. Egal an welchem Ort oder in welchem Zustand ich mich befinde - „Du bist da“.

Im biblischen Wortlaut klingt es so: *„Wohin kann ich gehen vor deinem Geist, wohin vor deinem Angesicht fliehen? Wenn ich hinaufstiege zum Himmel – dort bist du; wenn ich mich lagerte in der Unterwelt – siehe, da bist du. Nähme ich Flügel des Morgenrots, ließe ich mich nieder am Ende des Meeres, auch dort würde deine Hand mich leiten und deine Rechte mich halten. Würde ich sagen: Finsternis soll mich verschlingen und das Licht um mich soll Nacht sein. Auch die Finsternis ist nicht finster vor dir, die Nacht leuchtet wie der Tag, wie das Licht wird die Finsternis.“*

Es gibt keinen wirklich Gottverlassenen Ort in unserer mobilen und globalisierten Welt: ob wir den Weltraum erobern oder den letzten Winkel dieser Erde besuchen – Gott ist da! Es gibt keinen noch so extremen Zustand, in dem wir nicht mit Gottes Gegenwart rechnen können: weder im lichtscheuen Zustand von Unterwelt oder Unmoral – erst recht nicht in der Umnachtung durch Angst oder Depression. Wir sind nie zu weit weg und nie zu verloren für die liebevolle Hand Gottes, mit der er uns halten und als Licht führen möchte. Wenn wir dies nur zulassen!

Und dann dieser Satz: Wohin sollte ich fliehen? Du bist doch da...

David kannte das Leben als Flüchtling aus eigener Erfahrung. Und sein Gebet lässt uns heute daran denken, dass allzu viele Situationen des Alltags tatsächlich zum Fortlaufen sind. Und dass unzählige Menschen genau deshalb die Flucht ergreifen, um sich jenseits des Meeres eine neue Heimat zu suchen. Hier bei uns.

So unterschiedlich die Fluchtursachen auch sein mögen - eine Erfahrung haben viele von ihnen gemeinsam, so habe ich es unzählige Male schon von ihnen gehört: Unterwegs in der Hitze der Wüste und in den Wellen des Meeres, im Angesicht des Todes und der Verzweiflung – da haben wir Gott erlebt. Und auch wenn die Existenz als Asylsuchender in Europa nicht wirklich unseren Träumen entspricht: wir wissen heute mehr denn je: Gott ist da und mit ihm dürfen wir reden und rechnen. Er lässt uns nicht im Stich und gibt uns Wert und Würde.

Liebe Hörerinnen und Hörer, ob wir uns nun selbst als Menschen auf der Flucht erleben – wovor auch immer. Oder ob wir Geflüchteten begegnen. Möge diese gute Nachricht uns am heutigen Tag ermutigen und mit Gott rechnen lassen.

## **MITTWOCH**

Wann haben Sie sich selbst das letzte Mal als Meisterwerk bestaunt und gefeiert? Sie denken, das geziemt sich nicht? Erst recht nicht für einen gläubigen Menschen?

Weit gefehlt. Denn wer glaubt und mit Gott als Gegenüber lebt, der entdeckt erst recht seinen Selbstwert und ruht in einem gesunden Selbstbewusstsein.

So wie es David in Psalm 139 betet und besingt:

*„Du selbst hast mein Innerstes geschaffen, hast mich gewoben im Schoß meiner Mutter. Ich danke dir, dass ich so staunenswert und wunderbar gestaltet bin. Ich weiß genau: Wunderbar sind deine Werke.“*

Der Schlüssel zu einem gesunden Selbstbewusstsein liegt in dem Wissen, wem ich mich verdanke. Ehre, wem Ehre gebührt. David hat dies verstanden: „Ich danke *dir*, dass ich so wunderbar gestaltet bin... *du* hast mich geschaffen...!“

Selbstannahme und dankbare Freude über die eigene Persönlichkeit und Begabung, über die eigene Körperlichkeit und Schönheit ehrt Gott. Es ehrt Gott, wenn wir uns selbst dankbar aus seinen Händen annehmen!

„Ich danke dir, dass ich so staunenswert und wunderbar gemacht bin“.

Eine wunderbare Wahrheit, ausgedrückt in einem dankbaren Gebet. Es ist außerdem eine heilsame Wahrheit, die wir als Gegenmittel einsetzen dürfen gegen alle Lügen, mit denen wir oft aufwachsen und leben. Lügen wie: *Du bist nichts wert. Du bist nicht schön. Dich braucht niemand. Dich will niemand!* Kennen Sie diese Lügen, die uns prägen, unsere Seele krank machen und unsere Beziehungen belasten? Und zu dem Maß, zu dem wir diesen Lügen glauben, bezweifeln wir unsere Würde und unseren Wert.

Liebe Hörerinnen und Hörer, wir sind nicht das, was andere in uns sehen – oder wir selbst. Wir sind das, was Gott in uns sieht als unser Schöpfer und liebendes Gegenüber. Was für ein Geschenk, sich selbst von ihm her annehmen zu dürfen. Mit der Überzeugung zu leben: Ich bin ein einzigartiger Gedanke Gottes, der Gestalt und Geschichte wurde. Deshalb müssen wir uns heute nicht wie Fragezeichen durch den Alltag buckeln sondern dürfen aufrecht wie ein Ausrufezeichen zur wunderbaren Botschaft werden: Wir sind Meisterwerke von himmlischer Hand!

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen einen wunderbaren Tag.

## **DONNERSTAG**

Jeder von uns schreibt seine ganz eigene Lebensgeschichte. Von Jahr zu Jahr und von Phase zu Phase werden neue Kapitel hinzugefügt. Manchmal liest sich unsere

Geschichte packend wie ein guter Roman, manchmal eher dramatisch wie eine Tragödie und mitunter auch amüsant wie eine Komödie...

Wie würden Sie Ihr Leben beschreiben? Und welchen Titel würden Sie für Ihre Geschichte wählen?

Natürlich gibt es in jeder Lebensgeschichte Passagen, die man ungern der Öffentlichkeit preisgibt. Manche Erfahrungen hütet man lieber wie ein süßes oder bitteres Geheimnis. Denn man traut es den wenigsten zu, mit diesen Wahrheiten über unser Leben richtig umzugehen.

Und dann stellt sich ja auch die Frage, wer überhaupt genug Interesse hat, unsere ganze Geschichte zu erfahren. Wenn wir ehrlich sind: Kaum jemand von uns darf davon ausgehen, dass seine Biografie die Bestsellerlisten stürmen würde, sollte man sie je veröffentlichen.

Dennoch – liebe Hörerinnen und Hörer - ist jede unserer Geschichten mehr wert als jeder Bestseller. Schon allein, weil jedes Leben einzigartig ist. Vor allem aber, weil es jemanden gibt, für den jedes Leben zählt und in dessen Augen jede Geschichte unbezahlbar ist.

Zu diesem Jemand bekennt sich David in Psalm 139. Gott hat unstillbares Interesse an uns und liebt es, in unserem Leben zu stöbern wie in einem guten Buch. Er weint mit, wenn es traurig zugeht und lacht, wenn wir uns freuen. Gott ist unser größter Fan und kennt jede Zeile unserer Lebensgeschichte in- und auswendig.

Mehr noch: er führt selber Buch über unser Leben. Und das sogar noch bevor die Kapitel überhaupt geschrieben wurden. Hören wir selbst, wie David es formuliert:

*„Dir waren meine Glieder nicht verborgen als ich gemacht wurde im Verborgenen, gewirkt in den Tiefen der Erde. Als ich noch gestaltlos war, sahen mich bereits deine Augen. In deinem Buch sind sie alle verzeichnet: die Tage, die schon geformt waren, als noch keiner von ihnen da war.“*

Das ist gewaltig. Gott führt Tagebuch über mein Leben – und zwar schon im Vorfeld. Meine Lebensgeschichte ist sozusagen seine Geschichte – im Englischen HIS STORY. Im gewissen Sinne verdankt sich mein Leben sozusagen göttlicher Vorsehung. Aber aufgepasst: Gott schreibt uns nichts vor oder beschneidet unsere Selbstverantwortung. Nein – ich höre diese Sätze anders. Gott hat sich entschieden, jeden meiner Tage zu bejahen, noch bevor sie je Geschichte wurden. Weil er ein bedingungsloses JA zu mir hat – komme, was wolle. Er liebt mich und spricht sich mir zu – für jeden Tag und jede Umnachtung meines Lebens. Gott kann mit jedem meiner Geheimnisse umgehen.

Liebe Hörerinnen und Hörer – in dem Sinne schreiben Sie auch heute fröhlich weiter an ihrer Geschichte und danken Sie Gott für sein reges Interesse daran!

## **FREITAG**

Wer geliebt wird, der kann lieben.

Und wenn ich jemanden wirklich liebe, dann bin ich bemüht, mir seine Vorlieben und Abneigungen zu eigen zu machen – schon allein aus Liebe!

Das sehen wir auch in Psalm 139 – dem Gebet von David, mit dem wir uns in diesen Tagen beschäftigen. Zunächst staunt David ausführlich darüber, wie sehr er sich von Gott geliebt und wertgeschätzt weiß. Er staunt über das unbändige Interesse, das Gott an ihm hat und wie groß das JA Gottes für sein Leben ist.

In der Folge kann es nicht verwundern, dass David seinem Wunsch Ausdruck verleiht, positiv auf diese Liebe Gottes zu antworten. Aus dem dankbaren Staunen über Gott wächst sein leidenschaftlicher Wunsch, zu lieben was Gott liebt und zu hassen, was Gott hasst. Je mehr sich David geliebt weiß, desto mehr will er zurück lieben.

Beim Hinhören auf Davids Worte werden wir zunächst irritiert sein. Das ist gut so – denn es gilt zu klären, warum er genau diese Art der Formulierung wählt. Aber hören wir erst mal hin:

*„Wolltest du Gott doch den Frevler töten. Ihr blutgierigen Menschen, weicht von mir! Sie nennen dich in böser Absicht, deine Feinde missbrauchen deinen Namen. Sollen mir nicht verhasst sein, HERR, die dich hassen? Sollte ich die nicht verabscheuen, die sich gegen dich erheben? Ganz und gar sind sie mir verhasst, auch mir wurden sie zu Feinden!“*

David distanziert sich von Menschen, die sich gegen Gott stellen. Er drückt seinen Unmut aus über alle Feindseligkeit gegen den Gott, von dessen Liebe er so profitiert. Er bezieht Position für Gott und für alles, was Gott hoch und heilig ist. Und das ist gut so. Das ist Ausdruck seiner Liebe – er will hassen, was Gott hasst und lieben, was Gott liebt.

Nur, dass wir David in seiner Zeit sehen müssen – nämlich lange vor Christus. David lebte im Alten Testament, als die Bedingungen für ein Leben im Glauben noch vorläufig waren – bis das Evangelium mit Jesus endlich in die Welt kam. Und mit Jesus auch die Feindesliebe! Denn Jesus starb ja sogar aus Liebe für seine Feinde! Und er war als Freund der Sünder bekannt. Nein – hasst selbst den größten Sünder nicht. Aber er hasst die Sünde, auch die kleinste!

In dem Sinne dürfen wir heute das Gebet des Davids gerne für uns übernehmen – aber es müsste von Jesus her anders klingen. In etwa so: Herr, lass mich wertschätzen, was wertvoll ist in deinen Augen – gerade auch der Mitmensch! Lass mich lieben, was du liebst. Gib mir Freude an dem, was dir Freude bereitet. Aber lass mich hassen, was du hasst: alle Gottvergessenheit und jede Menschenverachtung, falschen Stolz und überhebliche Selbstgefälligkeit.

Liebe Hörerinnen und Hörer, heute ist ein guter Tag, sich in dieser Haltung zu üben und unserer Liebe zu Gott Ausdruck zu verleihen. Gott segne Sie dabei.

## **SAMSTAG**

Wer den fortlaufenden Gedanken dieser Woche gefolgt ist, hat gemerkt, dass sich Psalm 139 wie ein wunderbares Heilmittel für jeden erweist, der an sich selbst und an seinem Leben zu verzweifeln droht. In der Begegnung mit dem Gott, über den wir nie groß

genug und nie gut genug denken können, finden wir zu uns selbst. Und entdecken, wie gut und großartig Gott uns geschaffen hat. Psalm 139 ist das Bekenntnis eines betenden Menschen mit einem gesunden Selbstbewusstsein, das aus einem gesunden Gottesbewusstsein heraus wächst.

Dieser wohltuende Text sei zur täglichen Anwendung und Aneignung sehr empfohlen – gern auch in mehrfacher Dosis und in eigenen Worten.

Wenn wir heute auf die abschließenden Worte Davids in Psalm 139 hören, dann bin ich gespannt, ob Ihnen etwas auffällt:

*„Erforsche mich Gott und erkenne mein Herz; prüfe mich und erkenne meine Gedanken! Siehe doch, ob ich auf bösem Wege bin und leite mich auf dem Weg der Ewigkeit!“*

Haben Sie es bemerkt? Zu Beginn des Psalms hatte David schon bekannt: „Herr, du erforscht mich und kennst mich“. Und nun bittet er zum Abschluss nochmals um genau dasselbe: „Erforsche mich Gott... prüfe mein Herz“

David hat gemerkt, dass er vor Gott sowieso nichts verbergen kann. Weder süße noch bittere Geheimnisse! Außerdem hat David gemerkt, dass er gar nichts vor Gott verbergen möchte! Denn wer Gott kennt, der flieht nicht vor ihm sondern zu ihm! Wer sich von Gott geliebt weiß, der deckt nichts zu sondern deckt alles auf vor Gott. Weil Gott der beste Verbündete ist, den wir uns denken können.

Außerdem ist bei David inzwischen eine tiefe, dankbare Liebe zu Gott gewachsen. Weshalb er schon im gestrigen Text gebetet hatte: Herr, lass mich lieben, was du liebst und lass mich verabscheuen, was du verabscheust.

Heute geht dieses Gebet einen entscheidenden Schritt weiter. David erkennt sich selbst und sein eigenes Herz als wichtigsten, potentiellen Feind Gottes. Er bekennt damit, dass er sich weniger über die achso-böse Welt um ihn herum ärgern sollte, als über seine eigene Fähigkeit, Gott zu enttäuschen und sein eigenes Leben zu ruinieren. Deshalb dieses offensive Gebet: „Prüfe mich Gott und siehe... ob ich auf bösem Wege bin ... Leite mich auf dem Weg der Ewigkeit.“

Liebe Hörerinnen und Hörer, nichts hört Gott lieber, als solche ehrlichen Gebete, in denen wir uns von seiner Gnade und seiner Hilfe abhängig machen. Und nichts tut Gott lieber, als solche Gebete zu erhören!

In dem Sinne wünsche ich Ihnen ein gutes Unterwegs-Bleiben mit Gott und ein gutes Nachklingen dieser wertvollen Worte aus Psalm 139, um die sich unsere Gedanken zum

T  
a  
g

d  
i  
e  
s  
e

W  
o