

Audio-Serie „Lebendige Bibel – Lebendiger Glaube“

**Thema: Vitamine für die Seele (1)**

Autor: Daniel Schulte

ab 4. Mai 2020

Woche 1

**Montag**

In Zeiten wie diesen ist eine besondere Achtsamkeit gefragt – es gilt darauf zu achten, mit welchen Botschaften und Worten wir uns umgeben und versorgen. Gerade weil die aktuelle Situation der weltweiten Pandemie und die Einschränkungen der persönlichen Freiheiten sowieso für viele Menschen schon schwer genug auf der Seele lasten.

Nicht nur, dass der Koller droht, die Dekrete nerven oder all das schlichtweg keinen Sinn zu machen scheint. Viele erleben das häusliche Miteinander nicht harmonisch, vielleicht sogar bedrohlich. Andere sind schlichtweg einsam, auf sich allein gestellt – so wie unzählige Singles und ältere Leute.

Von der Sorge vor dem Virus noch gar nicht gesprochen – Sorge um uns oder um Menschen, die uns nahestehen. Daneben bangen viele inzwischen um ihre Existenz – weil notwendige Einnahmen fehlen. Ja, die Angst hat derzeit Hochkonjunktur. Mag sein, dass sie auch allzu sehr geschürt wird durch die Medien und den ständigen Fokus auf die Todesraten und Ansteckungszahlen. Manche sind noch dazu speziell begabt fürs Sorgenmachen, sehen grundsätzlich eher das Negative.

Fakt ist, dass viele Menschen in diesen Wochen an Depression und fehlender Lebensfreude leiden.

Fakt ist aber auch, dass es gerade jetzt gilt, darauf zu achten, welchen Worten wir Beachtung schenken, womit wir unser Denken nähren. Gerade in Zeiten wie diesen dürsten unsere Seelen nach Botschaften, die Perspektive vermitteln, Lebensfreude nähren und Hoffnung wecken.

Dazu wollen diese Impulse beitragen. Als Vitamine für die Seele will Gottes Wort uns täglich ganz persönlich erreiche und ermutigen.

Heute eine Portion vom Vitamin P – P wie „Psalmen beten.“

„Dein Wort ist ein Licht auf meinem Weg“, bekennt Psalm 119 Vers 105. Und in Vers 116 lesen wir weiter: „Erhalte mich durch dein Wort, damit ich lebe. Und lass mich nicht verzweifeln in meiner Hoffnung“.

Die Worte der biblischen Psalmbeter darf ich zu meinen machen. Mich von ihnen ins Gespräch mit Gott leiten lassen.

Warum nicht ihre Worte in meine eigenen übersetzen, in die Sprache meines Herzens? Mir die Psalmgebete aneignen?

„Dein Wort Gott ist ein Licht auf meinem Weg - erhalte mich durch dein Wort, damit ich lebe. Und lass mich nicht verzweifeln in meiner Hoffnung“.

Gott, ich höre dich. Ich nehme dich beim Wort – ich brauche dich und ich verlass mich darauf, dass du meine Hoffnung am Leben erhältst. Ich setze mich deinem Reden aus wie dem warmen Sonnenlicht, in dem die Blumen sich entfalten. Ich nähre mich von deinem Wort, so wie der Garten vom Frühlingsregen. In den Halbschatten meiner Seele hinein höre ich dich reden Gott. Das tut gut und ich erkenne mehr und mehr, dass ich nicht allein bin. Weil du mit mir redest, weiß ich um deine Gesellschaft, deine Zuwendung. Danke dafür. Danke für diesen Tag!

## **Dienstag**

Tägliche Impulse von Montag bis Freitag.

Gute Worte - Lebensworte – Bibelworte für unseren Alltag.

Bei diesen Vitaminen für die Seele schöpfen wir aus drei Kategorien:

Da sind zunächst Vitamine der Kategorie P – P wie „Psalmen beten“.

So wie gestern bereits mit Psalm 119 – „dein Wort ist ein Licht auf meinem Weg – erhalte mich durch dein Wort, damit ich lebe“.

Weitere Impulse folgen aus der Kategorie Z. Z wie „Zusagen glauben“.

Gott hat sich uns auf vielfältige Weise versprochen – seine Zusagen dürfen wir persönlich nehmen und glauben. Als Echo zu dem Psalmwort von gestern hören wir hier z.B. Jesaja 55,10-11: „So wie der Regen vom Himmel fällt, die Erde fruchtbar macht, damit sie Samen gibt zu säen und Brot zu essen, so soll

das Wort, das aus meinem Munde ausgeht, auch sein: Es wird nicht leer zurückkommen.“

In unserer dritten Kategorie geht es jeweils um Lebensworte der Sorte J. J wie „Jesus hören“. Jesus, der selbst das Reden Gottes verkörpert und die beste Nachricht ist, die wir je hören können, lädt uns dazu ein, seine Stimme zu hören. Denn an seiner Stimme wird unsere Seele gesund.

Aus dem Munde Jesu hören wir die Zusage Gottes aus Jesaja 55 bestätigt, denn Jesus sagt: „Der Mensch lebt nicht vom Brot allein sondern von jedem Wort, das aus dem Munde Gottes ausgeht“ (Matthäus 4,4)

In diesem Sinne sollten wir auf eine gesunde Ernährung achten. Nicht nur für unseren Körper, sondern auch für unseren inneren Menschen.

Wenn Gott nicht zu uns reden darf, dann fehlt uns etwas entscheidendes und wir leiden unter seelischer Mangelernährung.

Deshalb sei empfohlen, diese nahrhaften Lebensworte langsam zu kauen und durch den Tag hindurch bewusst zu verdauen, damit sie ihre Wirkung voll entfalten können.

Es bleibt noch Zeit für eine kleine Portion Vitamin Z - eine richtig gute Zusage für heute. Worte aus dem Römerbrief, Kapitel 8 Vers 39. Eine Zusage, in den Worten von Paulus bereits persönlich in Anspruch genommen - wir hören es in der Übersetzung „Hoffnung für alle“: „Denn ich bin ganz sicher: Weder Tod noch Leben, weder Engel noch Dämonen, weder Gegenwärtiges noch Zukünftiges noch irgendwelche Gewalten, weder Hohes noch Tiefes oder sonst irgendetwas auf der Welt können uns von der Liebe Gottes trennen, die er uns in Jesus Christus, unserem Herrn, schenkt.“

Was für eine Gewissheit, die ich für mich erleben darf.

Durch Jesus weiß ich mich von Gott geliebt. Punkt!

Lebensumstände kommen und gehen, vermeintliche Sicherheiten auch - Gottes Liebe aber bleibt die große Konstante meines Lebens.

Gottes Liebe ist größer als alle Umstände, weshalb ich gut daran tue, mich mehr von ihm abhängig zu machen als von meinen Umständen.

Das sollte mir für heute genug zu denken und zu danken geben!

## Mittwoch

Ein Vitamin J für diesen Tag – J wie „Jesus hören“.

„Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid – ich will euch erquicken“, so lesen wir in Matthäus 11 Vers 28.

So viele Wege sind uns derzeit nicht möglich, viele Anlaufstellen haben geschlossen. Für viele Menschen ist dies extrem belastend – je länger diese Zustände andauern, desto mehr.

Eine Tür jedoch steht immer offen – eine Notrufnummer wird immer beantwortet – noch dazu rund um die Uhr und kompetent besetzt.

Jesus ist immer nur ein Gebet weit entfernt. Er lädt uns ein, er macht sich zuständig für uns. Der Zugang zu ihm ist erfrischend unkompliziert – keine lästige Eigenerklärung nötig, keine langen Wartezeiten und keine sinnlose Bürokratie. Für uns in Italien wirklich mal eine richtig gute Nachricht.

„Kommt her zu mir alle...“ sagt Jesus.

Und damit meint er alle, weil er jeden von uns im Blick hat und keine Vorzüge hat. Weder die frommen noch die reichen, weder die schlauen noch die schönen zieht er vor. Auch nicht den Einheimischen vor dem Fremden.

Den Zugang zu Jesus kann man sich nicht erkaufen, muss man aber auch nicht. Weil jeder herzlich willkommen ist und dafür weder in Vorkasse gehen muss noch sonst irgendwelche Voraussetzungen erfüllen.

Außer – dass man sich überfordert oder belastet genug erlebt, um Jesus um Hilfe zu bitten. Die einzige Voraussetzung ist, dass ich ihn nötig habe – und darin keine Schande erkenne sondern meine größte Würde!

Und – auch das ist wichtig: Jesus drängt sich nicht auf und kommt nicht ungefragt selbst. Er wartet bei offener Tür – aber er wartet darauf, dass ich mich aufmache zu ihm. Diesen Weg nimmt er mir nicht ab – außer er sieht, ich kann nicht kommen. Dann weiß er die leiseste, auch wortlose Geste meines Herzens zu deuten und macht sich auf den Weg zu mir.

Jesus macht liebend gern Hausbesuche.

Obwohl – muss er gar nicht. Denn er ist ja schon da!

Tag und Nacht. Immer da – allerdings ohne sich aufzudrängen.

„Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid...“

Was für ein wunderbares Wort: „mühselig“. Selig wird man nur mit Mühe, so glauben viele religiöse Seelen. Viele nehmen unglaublich große Mühen auf sich, um endlich selig zu werden. Dabei ist Glückseligkeit eine Gabe, die man sich nur schenken lassen kann. Jesus verlangt keine unzähligen Vaterunsers oder sonst eine Pflichterfüllung. Er will einfach nur, dass ich komme. Denn er will mich.

Und meine Sorgen will er haben – um sie zu entsorgen!

Jesus macht es sich zur Last, mir meine Belastung zu nehmen.

Mir tragen zu helfen.

Mich wieder aufatmen zu lassen.

Mich zu „erquicken“, wie die alte Übersetzung es nennt.

Jesus ich höre dich. Danke!

Jesus ich komme. Mit dir reden tut unendlich gut.

Mit dir zu rechnen, mittendrin in allem, erst recht!

Amen!

## **Donnerstag**

In diesen Lockdown-Zeiten wird es uns ordentlich eng.

Zur eingeschränkten Bewegungsfreiheit kommt hinzu, dass es in den Medien nur noch um ein Thema zu gehen scheint. Tag ein, Tag aus, von morgens bis abends – als ob es im Leben nichts anderes mehr gibt.

Es ist eng geworden.

Umso größer die Gefahr, sich nur noch um sich selbst zu drehen, um die eigene kleine Welt mit den eigenen kleinen und großen Sorgen. Mit meinem Unverständnis für alles was läuft, mit meinem Frust und Ärger.

Da tut es gut, mit David zu beten in Psalm 32: „Du stellst meine Füße auf einen weiten Raum“.

Vitamin P für unsere beengten Seelen – P wie „Psalmen beten“.

Das gute Wort für heute!

Mit Psalm 32 vertraut sich David offen Gott an.

Gibt ihm Einblick in sein Ergehen – und schüttet sein Herz vor ihm aus.

Zugleich macht er sich bewusst, wie kostbar es ist, in solchen Phasen mit Gott reden und rechnen zu dürfen.

David fühlt sich bedroht und übervorteilt.  
Er fühlt sich als Teil von einem bösen Spiel.  
Das laugt ihn aus und lähmt ihn.

Er sieht genügend Gründe, um Trübsal zu blasen, sich im Selbstmitleid zu suhlen. Wenn es da zunächst nicht dieses „ABER“ gäbe.

„Aber ich vertraue auf Gott“

David bekennt sich zu seinem Aber-Glauben. Auch wenn sein Vertrauen in Menschen und Umstände enttäuscht wurde, wagt er es trotzdem und erst recht zu glauben – nämlich Gott zu vertrauen. So sieht heiliger Aber-Glaube aus: „ABER ich vertraue auf Gott... ich freue mich an deiner Güte, weil du mein Elend ansiehst und dich meiner annimmst in meiner Not...“

So hören wir ihn beten, bevor er dann in Vers 9 sagen kann: „Du stellst meine Füße auf einen weiten Raum“...

Was für ein Bekenntnis.

Ja, in meiner Enge ist Gott da – in der Enge meiner Angst und meiner Gedanken. Aber ihm gehört immer noch die Weite. Und daran will er mich teilhaben lassen.

Weg von meinem Selbstmitleid und meinen Sorgen.

Weg von mir selbst und hin zu anderen.

Es gibt so viel mehr zu denken und zu tun. Es gibt so viele andere Menschen, denen es ähnlich oder schlimmer geht wie mir.

„Du stellst meine Füße auf einen weiten Raum...“

Gott, du nimmst mich mit hinein in deine Perspektive – in deinen weiten Blick.

Gott, du weckst in mir das Wissen, dass da mehr ist und dass es weiter geht.

Und dass es ein Leben außerhalb meiner vier Wände gibt.

Du lässt mich hoffen und du erweiterst mein Denken - weg von mir und hin zu dir und anderen Menschen.

Du erweiterst meine Gedanken zu Gebeten.

Und lässt mich in meinen Gebeten um den Globus reisen, Menschen besuchen.

Du erweiterst meine Gebete aus der Fürbitte in den Dank und ins Lob.

Und je weiter ich mich von dir führen lasse, desto ruhiger werde ich.

Und weiß mich mitten in meiner Enge als Teil von etwas Großem und Weitem.  
Von dir!

## **Freitag**

Mit diesem letzten Beitrag für diese Woche soll uns heute nochmal ein Vitamin P erreichen, P wie „Psalmen beten“.

Tatsächlich dürfen die Psalmen nicht nur als Lehrmeister des Betens gelten, sondern auch als absolut wohltuend für unsere Seelen. Überhaupt ist Beten ja nachweislich gesund und tut dem ganzen Menschen gut.

Aber die Psalmen sind schon eine Nummer für sich – weil sie uns helfen, so vielfältig zu beten – in jeder Stimmung und Situation. Vor allem laden uns die Psalmen ein, absolut echt und unverkrampft mit Gott zu reden.

Als Ventil für Frust und Ärger, als Mittel gegen Schwermut und Angst sei täglich das Lesen eines Psalms empfohlen. Oder man lässt sich von einem Psalm durch die Woche begleiten, liest ihn wiederholt oder in Teilen. Besonders empfohlen sei es, diese alten Gebete in eigene Worte zu übersetzen, in die eigene Herzenssprache.

Da wir aktuell mit unseren virtuellen Pilgerwegen unter dem Motto „Ein Gott für alle Tage“ sowieso mit Psalmen unterwegs sind, stelle ich meinen Beitrag zu Psalm 84 diese Tage auf unserer website online - zum Nachhören und Mitgehen

Mitunter überraschen uns die Psalmen und sprengen förmlich unsere Vorstellungen vom Beten. Haben wir z.B. gewusst, dass auch Selbstgespräche als Gebete gelten dürfen? Dass wir uns selbst begegnen und ermutigen können – als Teil unseres Seins vor Gott? So wunderbar hat Gott mich geschaffen, dass ich mir selbst zum Gegenüber werden und zum Gotteslob und Gottvertrauen ermutigen kann. Gerade in Zeiten, wo mich vieles belastet.

Psalm 42 Vers 6

„Warum betrübst du dich, o meine Seele und bist so unruhig in mir?“

Mein eigenes Innenleben in Frage stellen, Distanz zu den Gedanken und Gefühlen schaffen, die mich nach unten ziehen. Aber mehr als das, denn der Beter stellt seine eigene Schwermut nicht nur behutsam in Frage, sondern führt sie dann auch beherzt dem zu, der damit umgehen kann: „Harre auf Gott, denn

ich werde ihm noch danken, dass er meines Angesichts Hilfe und mein Gott ist.“

Dieses wunderbare alte Wort begleitet mich schon lange. „Harre auf Gott“. Bleibe beharrlich in deinem Gottvertrauen. Halte dich an ihn und du wirst merken, dass er dich hält. Übertrage ihm die Lasten deines Lebens und du wirst merken, dass er sie trägt – und dass er dich erträgt, auch wenn du dich kaum mehr selbst ertragen kannst.

Ein zweites Selbstgespräch sei noch erlaubt, dass uns zum Nachbeten empfohlen sei:

„Lobe den Herrn meine Seele und was in mir ist, seinen heiligen Namen. Lobe den Herrn meine Seele und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat.“

Bei allem, was uns fehlt oder stört – es gibt so viel Gutes, das wir allzu leicht vergessen oder für selbstverständlich nehmen.

Sich an all das zu erinnern, was ich Gott sei Dank habe und genießen darf – davon lebt meine Seele. Gott dafür zu danken, schützt vor Wanken, ihn dafür zu loben, zieht mich nach oben!

Woche 2

## **Montag**

Die ersten Lockerungen des Lockdowns lassen aufatmen. Interessant, wie unterschiedlich doch die letzten Wochen erlebt wurden. Sahen sich viele durch die Ausgangssperre gezwungen, ihre Zeit daheim und rund ums Haus kreativ zu füllen, konnten sich andere kaum retten vor Stress, weil für sie der Arbeitsalltag weitergelaufen war – allerdings verbunden mit umso mehr Druck und Komplikationen.

Wie auch immer – die zaghafte Rückkehr zur sog. „Normalität“ weckt Hoffnungen, so verschieden diese auch aussehen.

Wir wollen diese Hoffnungen zusätzlich nähren mit unseren Vitaminen für die Seele, vorläufig für eine weitere Woche. Eine Mischkost aus Vitaminen J, P und Z – indem wir Psalmen beten, Jesus hören und Zusagen glauben!



Ein wunderbares Wort aus dem Propheten Jeremia soll diese Woche den Anfang machen.

Jeremia 31,12: „Ihr werdet euch freuen und eure Seele wird sein wie ein bewässerter Garten – denn ich will ihr Trauen verwandeln in Freude!“

Eine gute Portion Vitamin Z – göttliche Zusagen hören und glauben!

Eure Seele wird sein wie ein bewässerter Garten!

Was für ein wunderbares Bildwort. Man kann ihn förmlich vor sich sehen – den bewässerten Garten, in dem es blüht und duftet, und wo sich eine Vielfalt von Vögeln und Insekten heimisch wissen.

Ich gebe zu, dass dieses Bild mich aktuell besonders anspricht – weil ich, wie wohl viele andere auch – die Frühlingswochen im Lockdown unter anderem dazu genutzt habe, mich mit besonderer Sorgfalt unserem Garten zuzuwenden. Ich wünschte, ihr könntet das Ergebnis sehen und riechen – und wenn ich euch schon nicht auf einen Gartenbesuch einladen kann, will ich wenigstens dieses Prophetenwort mit euch teilen.

Ein bewässerter Garten spricht von sehr viel Hingabe und Liebe seitens des Gärtners. Gott hat für uns nur einen Wunsch: nämlich, dass wir als sein Garten blühen und duften – farbenfroh und lebensfreudig!

Ein bewässerter Garten zeugt aber auch von Arbeit und von Kosten – sagt mir jedenfalls meine eigene Erfahrung. Denn Wasser ist kostbar und kostspielig. Noch dazu bewässern sich die Pflanzen nicht von allein – dafür will Zeit eingerechnet werden. Aber das ist für die Liebe des Gärtners nicht der Rede wert – und für Gott erst recht nicht.

Der Unterschied zum Garten ist bei uns nur, dass wir selbst gefragt werden, ob wir diese Pflege zulassen. Nicht nur das Bewässern, auch den nötigen Beschnitt und das regelmäßige Entfernen von Unkraut und Ungeziefer.

Gott ich danke dir für diese Zusage.

Ich will dich heute als Gärtner zulassen, mich deiner Pflege und Fürsorge anvertrauen. Mich an deinem Wort nähren, im Licht deiner Liebe sonnen und aus deinem Geist meine Kraft empfangen. Wo nötig, stutze mich zurecht und vergib mir, wo ich Wildwuchs in meinen Taten und Gedanken zulasse.

Ich möchte heute fröhlich sein, wozu du mich bestimmt hast – mit meiner mir eigenen Form und Farbe. Danke, dass du meine Zeiten, mit meinen Stärken und Schwächen kennst und respektierst.

Danke dass ich nicht allen alles sein muss – aber mit allem was ich bin, für dich da sein darf!

In diesem Sinne wünsche ich uns heute, dass der Gärtner seine wahre Freude an uns hat – und wir an ihm!

## **Dienstag**

Ein Jesuswort zum heutigen Tag – eine Portion Vitamin J!

„Bittet, so wird euch gegeben, suchet, so werdet ihr finden. Klopfet an, so wird euch aufgetan! Denn wer bittet, der empfängt; und wer sucht, der findet; und wer da anklopft, dem wird aufgetan!“ (Lukas 11,9)

Jesus wiederholt seine Zusage und lässt damit ahnen, wie wichtig ihm diese ist – ein Zuspruch, den wir auch heute noch hören und für uns in Anspruch nehmen dürfen!

Mit Lukas 11 sind alle Menschen angesprochen, die sich durch Jesus als Kinder des himmlischen Vaters wissen. Dementsprechend beginnt das Kapitel damit, dass Jesus uns mit dem sog. „Vaterunser“ lehrt, als Kinder mit unserem Papa im Himmel zu reden, oder mit unserem „Tata“, wie man hierzulande sagt.

Seine Hauptaussage ist, dass wir als Kinder jederzeit zu Gott kommen dürfen – ohne Sorge, ihn zu nerven oder zu stören. Gott ist immer für uns da – das ist sein Wesen und war immer schon seine Zusage.

Gott ist für uns da - als Vater und als Mutter übrigens – er ist für uns da mit allem, was wir zum Leben und zum Sterben brauchen!

Zum Vergleich lässt er uns an einen besten Freund denken, den wir sogar mitten in der Nacht aus dem Bett klingeln würden – wobei Jesus selbst gleich anmerkt, dass dies ein schwacher Vergleich ist: denn Gott ist weit mehr als ein bester Freund und vor allem schläft er nie, so dass man ihn wecken müsste.

Außerdem spricht Jesus sämtliche Eltern unter uns an und fragt, wer seinen Kindern denn z.B. eine Schlange gibt, wenn sie ihn um einen Fisch bitten.

Da Gott um Welten besser und liebevoller ist, als wir es je sein können, ist das zwar wieder ein schwacher Vergleich, wie Jesus selbst zugibt – aber immerhin dient es dazu, den Punkt klar zu machen:

Als geliebte Kinder eines liebevollen Fürsorgers im Himmel – vertraut euch ihm an, immer und überall. Oder ganz persönlich: Lass dich von deiner Sehnsucht zum Vaterherzen Gottes führen und erlebe dort, dass deine Seele zuhause ist.

Eine wunderbare Erinnerung für heute!

Allerdings zeigt Jesus im selben Kapitel auch, dass der himmlische Vater seine Erzieherrolle ernst nimmt und seinen Kindern hilft, in rechter Weise zu bitten. Vorbildlich, wie die Jünger zu Beginn von Lukas 11 Jesus darum bitten, sie das rechte Beten zu lehren. Was Jesus gerne tut und mit dem sog. Vaterunser beginnt. Damit bringt Jesus unser Bitten in die rechte Spur und Reihenfolge. Bittet darum, dass euer Vater geheiligt sei, dass sein Reich wachse und sein Wille geschehe. Macht euch zur Priorität, was ihn ehrt – und dann dürft ihr auch wissen, dass er für das sorgt, was euch nährt. Für Vergebung und Schutz vor dem Bösen, was ebenso wichtig ist wie das tägliche Brot.

Lasst euch also einen Zugang schenken zu dem, was Gott sich wünscht. Und lasst euch dann überraschen, welche Möglichkeiten sich dadurch für euch eröffnen. Bittet so, dass es euren Vater ehrt. Und erlebt, dass er euch gerne nährt - an Leib, Seele und Geist!

In dem Sinne wünsche ich uns heute ein fröhliches und vertrauensvolles Dranbleiben am Vaterherzen Gottes.

## **Mittwoch**

Zur Mitte der Woche ein gutes Wort mitten aus dem Propheten Jesaja.

Ein Vitamin Z – Z wie: Zusagen glauben!

Und glaubt mir, dieser Zuspruch gehört wirklich gehört – übrigens gerade von uns Männern, wie wir erfahren werden.

„Er gibt dem Müden Kraft und Stärke genug dem Unvermögenden“.

Jesaja 40,29

Es ist zutiefst menschlich, dass wir müde werden – an Leib, Seele und auch an Geist. Müde, weil unsere Energieressourcen begrenzt sind, weil das Leben kräfteraubend ist und Krisenzeiten erst recht.

So menschlich es allerdings ist, müde zu werden, so männlich ist es leider auch, dass wir dies nicht gerne zugeben. Ja, wir Männer haben unseren Stolz. Aber wir haben eben auch unsere Grenzen.

Haben wir soeben noch aus Jesaja 40,29 gehört, dass Gott dem Müden Kraft gibt, so weiß uns die Bibel schon im nächsten Vers mitzuteilen, dass „Männer müde und matt werden, und dass junge Männer straucheln und fallen.“

Man verdrängt es gerne – aber die Selbstmordrate unter Männern auch hier bei uns im Land spricht für sich selbst und bestätigt, was die Bibel sagt: auch Männer erleben Grenzen des Erträglichen, werden verzweifelt und sehen sich vom Leben überfordert. Und erschreckend viele Männer können damit nicht umgehen, wissen nicht wohin mit ihrer Not und wählen dann den Tod.

Gerade deshalb gehört das gehört, was Jesaja hier sagt und womit das gesamte Kapitel gefüllt ist: die ihr am Boden seid, schaut hinauf – macht eure Augen auf für die Wirklichkeit eines Gottes, der die Berge und den Kosmos geschaffen hat. Staunt nicht nur über die Schönheit und Erhabenheit der Natur, sondern staunt darüber, dass der Gott, dem wir all das verdanken, für uns da ist.

Über diesen Gott könnt ihr nie groß genug denken!

Und über diesen Gott könnt ihr nie gut genug denken – denn er steht uns mit all seiner Power zur Verfügung, will uns teilhaben lassen an seinen endlosen Ressourcen.

Und dann ruft uns Jesaja 40 zusätzlich zu:

Schaut hinauf und staunt über den mächtigen Adler, der über den Gipfeln unserer Berge schwebt und es versteht, die Aerodynamik für sich arbeiten zu lassen. Dieser König der Lüfte als Inbegriff von Freiheit und Würde.

Seht genau hin und hört zu – denn der Text in Jesaja 40 wird mit folgenden Worten fortgesetzt:

„Die auf den Herrn vertrauen, bekommen neue Kraft, dass sie emporschweben wie Adler mit ihren mächtigen Schwingen und dass sie laufen und nicht matt werden, dass sie gehen, ohne müde zu werden!“

Das nenn ich eine gute Nachricht – nicht nur für uns Männer!

Unsere Schwächen sind Einladungen, dass wir Gottes Kraft für uns arbeiten lassen, dass wir uns auf seine unsichtbare Dynamik verlassen und eine Freiheit erleben, die an den Adler erinnert. Freiheit von und zu! Freiheit von der Verzweiflung, in die uns Krisen treiben wollen. Zugleich eine Freiheit dazu, dass wir lernen, uns selbst und Gott gegenüber ehrlich zu werden über unsere Schwächen. Und dass wir uns ihm anvertrauen. Ihn nötig zu haben, ist keine Schande sondern unsere größte Würde! Eine Würde, die an den stolzen Adler erinnern darf!

Ja, „Gott gibt dem Müden Kraft und Stärke genug dem Unvermögenden“. Nicht nur Männern – aber auch! Verlass dich drauf!

In diesem Sinne wünsche ich uns einen guten Flug!

## **Donnerstag**

„Dies ist der Tag, den der Herr gemacht hat; wir wollen uns freuen und fröhlich an ihm sein!“

Ein Vitamin P für heute – P wie „Psalmen beten“

Heute mit Psalm 118. Vers 24 haben wir gehört: „Dies ist der Tag, den der Herr gemacht hat; wir wollen uns freuen und fröhlich an ihm sein!“

Vers 25 setzt dann fort: „O Herr hilf; o Herr, lass wohlgelingen!“

Dieser Tag ist einzigartig – wir leben ihn nur heute!

Aber dieser Tag hat mit allen Tagen etwas gemeinsam: Er ist uns von Gott geschenkt – so wie überhaupt Zeit und Lebenszeit eine Himmelsgabe ist – von der wir übrigens in der nächsten Audioserie mehr hören werden.

Und: dieser Tag hat gemäß der Bibel eigentlich schon mit dem gestrigen Abend begonnen. Im Schöpfungsbericht lesen wir: Es war Abend und es war Morgen, der erste Tag – und der zweite, der dritte und so weiter.

Der Tag beginnt mit dem Abend und der nächtlichen Ruhe. Wunderschön: denn er beginnt mit Gott, der niemals schläft und schlummert, wie die Bibel sagt. Mit Gottes Tun beginnt mein eigenes am nächsten Morgen. Ich schlafe hinein in das, was Gott vorbereitet hat.

Dies ist der Tag, den der Herr gemacht hat!

Wenn das nicht Grund zur Freude ist – Freude an all dem, was dieser Tag bringt. Vor allem aber Freude daran, dass Gott sich aus dem, was er schafft, nicht entzieht – er lebt diesen Tag mit mir!

Noch etwas klingt hier mit, aus dem alttestamentlichen Buch „Klagelieder“ Kapitel 3,23: Gott, deine Barmherzigkeit hat noch kein Ende, sondern sie ist alle Morgen neu, und deine Treue ist groß.

Da kommt Freude auf, denn Gottes Barmherzigkeit ist jeden Morgen neu. Jeder Tag beginnt als unbeschriebenes Blatt, als neue Chance! Weil Gott ein Meister der Neuanfänge ist – davon zeugt ein jeder neuer Morgen!

Apropos Neuanfänge. Dieser Psalm 118 darf als Psalm des auferstandenen Jesus Christus verstanden werden. Verschiedene Teile des Psalms weisen darauf hin und werden im Neuen Testament auf Jesus bezogen.

O ja, Gott ist ein Meister der Neuanfänge – spätestens seitdem Jesus von den Toten zurückgekommen ist, feiern wir dies als Gewissheit.

Und jeder neue Tag darf im Licht des Auferstandenen begonnen und gelebt werden!

Egal, welchen Vornamen der Tag trägt – ob Mond, Dienst, Mitt, Donner, Frei, Sams oder Sonntag – wir dürfen mit diesem Gott und mit diesem auferstandenen Jesus Christus reden und rechnen.

Wie schon Psalm 118 sagte: „O Herr hilf. O Herr, lass wohlgelingen!“

Egal ob der Tag an sich uns Grund zur Freude bringt oder nicht – dass Gott dabei ist, dürfte Grund genug sein, dankbar und zuversichtlich zu sein.

In diesem Sinne soll heute gelten: „Carpe Diem“ – nutze den Tag.

Und fülle ihn mit Freude.

Bzw. freue dich an dem, womit Gott ihn bereits gefüllt hat!

## **Freitag**

Für heute ist mir ein Wort aus Offenbarung 21 aufs Herz gelegt worden. Dem letzten Buch der Bibel, das einen Doppelpunkt setzt hinter die gute Nachricht des christlichen Evangeliums – einen Doppelpunkt, der nach vorne weist, der hoffen lässt und über diesen Tag hinaus den Horizont erblicken lässt.

Offenbarung 21 Vers 3 ist sowohl ein Vitamin Z für „Zusagen glauben“ als auch ein Vitamin J – denn es ist ein Jesuswort. Durch das, was Johannes sieht, teilt sich uns Jesus mit. Und ruft uns heute zu:

„Siehe, ich mache alles neu!“     „Siehe, ich mache alles neu!“  
Offenbarung 21 Vers 3

Als Meister der Neuanfänge haben wir Gott gestern schon im Kontext von Psalm 118 bezeichnet. Jeder Tag ist ein geschenkter Neuanfang Gottes. Und spätestens seit der Auferstehung Jesus wissen wir, dass Gott ultimative, ewige Neuanfänge schenkt!

Diese Neuheit des Lebens dürfen wir durch Jesus schon hier und heute erleben Sein Heil und seine Vergebung, sein Geist und sein Wort wollen den entscheidenden Unterschied in meinem Leben machen. Und dennoch merken wir, dass vieles vorläufig ist. Dass vieles heute noch nicht da ist, wo es hingehört, wo Gott es haben will und wie es gut ist. Wir sind noch unterwegs und bleiben unvollkommen – und in uns tragen wir die Sehnsucht nach einer besseren Welt, nach einem ultimativen und umfassenden Neuanfang, der nicht mehr vorläufig bleibt, sondern endgültig ist.

Dahinein ruft Jesus uns zu: „Siehe, ich mache alles neu!“  
Ich bin euch vorausgegangen, um ein Zuhause vorzubereiten.  
Ich erwarte euch vom Ziel her. Ich verspreche euch eine Zukunft, in der kein Platz mehr ist für Leiden, Schmerzen, Tod und Not.  
Eine Welt, wo alles gut ist.  
Eine Welt voll Trost und Heilung, voll Frieden und Geborgenheit.  
Eine Welt, die durch und durch von Gott erfüllt ist und von all dem Guten, das er uns durch Jesus geschenkt hat.

Mit dem heutigen Doppel-Vitamin Z und J wird uns eine gewaltige Zukunftsvision geschenkt, die weit über die Unvollkommenheiten unseres Alltags und dieser Welt hinausblicken lässt. Eine Perspektive, Hoffnung stiftet und Sinn vermittelt – und nicht erst seit Viktor Frankl wissen wir, wie lebensnotwendig dieses für die menschliche Seele ist!

Wunderbar! Ja, das Beste kommt erst noch. Das lässt mich gelassener leben. Ich muss aus diesem Leben nicht mehr herausholen, als mir versprochen ist. Ich darf lernen, loszulassen. Darf lernen, in Dinge zu investieren, die Ewigkeitswert haben und in himmlischer Währung wirklich zählen.

Gleichzeitig weiß ich mich nicht einfach nur getröstet. Denn schon heute kommt der Himmel zur Erde – indem wir mit Jesus reden und rechnen. In dem wir um Gottes Ehre willen beten und sein Reich fördern – mit allem was wir tun und lassen, mit allem was wir reden und wie wir hören – auf das, was Gott uns sagt und wonach diese Welt ruft!

In diesem Sinne ein gesegnetes Wochenende und ich freue mich auf ein Wiederhören am Montag zur neuen Serie „Moment mal – heilige und andere Zeiten!“

© Daniel Schulte, Forum VIVIT  
[Info@forum-vivit.com](mailto:Info@forum-vivit.com)