

## **Predigt von Pfr. Michael Freiburghaus am 09.10.2022 in Leutwil**

### **Thema: Korachs Burnoutbewältigung**

Wir lesen gemeinsam Psalm 42 und 43:

*„Dem Chorleiter. Ein Maskil. Von den Söhnen Korachs. Wie eine Hirschkuh lechzt nach Wasserbächen, so lechzt meine Seele nach dir, Gott! Meine Seele dürstet nach Gott, nach dem lebendigen Gott: Wann werde ich kommen und erscheinen vor Gottes Angesicht? Meine Tränen sind mein Brot geworden Tag und Nacht, da man den ganzen Tag zu mir sagt: Wo ist dein Gott? Daran will ich denken und vor mir ausschütten meine Seele, wie ich einherzog, in der Schar sie führte zum Hause Gottes, mit Klang des Jubels und Dankes – ein feierlicher Aufzug. Was bist du so aufgelöst, meine Seele, und stöhnst in mir? Harre auf Gott! – denn ich werde ihn noch preisen (für) die Heilstaten seines Angesichts. Mein Gott, aufgelöst in mir ist meine Seele; darum denke ich an dich aus dem Land des Jordan und des Hermon, vom Berg Misar. Flut ruft der Flut zu beim Brausen deiner Wassergüsse; alle deine Wogen und deine Wellen sind über mich hingegangen. Des Tages wird der HERR seine Gnade aufbieten, und des Nachts wird sein Lied bei mir sein, ein Gebet zu dem Gott meines Lebens. Sagen will ich zu Gott, meinem Fels: »Warum hast du mich vergessen? Warum muss ich trauernd einhergehen, bedrückt durch den Feind?« Wie Mord in meinen Gebeinen höhnen mich meine Bedränger, indem sie den ganzen Tag zu mir sagen: Wo ist dein Gott? Was bist du so aufgelöst, meine Seele, und was stöhnst du in mir? Harre auf Gott! – denn ich werde ihn noch preisen, die Heilstaten meines Angesichts und meinen Gott.“<sup>1</sup>*

*„Schaffe mir Recht, Gott, und führe meinen Rechtsstreit mit einer gnadenlosen Nation! Vom Mann des Betrugs und des Unrechts rette mich! Denn du bist der Gott meiner Zuflucht. Warum hast du mich verworfen? Warum muss ich trauernd einhergehen, bedrückt durch den Feind? Sende dein Licht und deine Wahrheit; sie sollen mich leiten, mich bringen zu deinem heiligen Berg und zu deinen Wohnungen. So werde ich kommen zum Altar Gottes, zum Gott meiner Jubelfreude, und werde dich preisen auf der Zither, Gott, mein Gott! Was bist du so aufgelöst, meine Seele, und was stöhnst du in mir? Harre auf Gott, denn ich werde ihn noch preisen, das Heil meines Angesichts und meinen Gott.“<sup>2</sup>*

### **Einleitung**

Einige Mitglieder der Kirchgemeinde hatten ein Burnout bzw. haben leider momentan eines. Burnout ist eine Erschöpfungsdepression. Burnout wird immer mehr zur Volkskrankheit. Der Stress nimmt zu, der Druck am Arbeitsplatz und in der Familie steigt. Der Name Burnout und die Diagnose sind relativ neu, aber die Symptome sind schon in der Bibel bekannt. Deswegen betrachten wir heute zwei Psalmen näher. Die Psalmen 42 und 43 gehörten ursprünglich zusammen und bildeten einen einzigen Psalm. Es ist ein sogenanntes Maskil, ein „Lehrgedicht, Unterweisung, kunstvoll gestaltetes Lied.“<sup>3</sup> Die Söhne Korachs<sup>4</sup> waren Musiker am Tempel in Jerusalem. Darin schildern sie ein Wechselbad der Gefühle, eine wilde emotionale Achterbahnfahrt in drei Strophen, dazwischen jeweils der Refrain. Dabei schildert sie ihres psychosomatisches Leiden: Der Beter leidet sowohl körperlich (am „Gebein“) als auch seelisch („trauernd einhergehen“).<sup>5</sup> Wir tauchen näher in diese beiden Psalmen ein:

### **1. Strophe: Unser Durst nach Gottes Gegenwart**

#### **A) Nur Gott kann unseren inneren Lebensdurst stillen**

Zuerst drückt der Beter seinen tiefen Durst nach Gott aus: *„Wie eine Hirschkuh lechzt nach Wasserbächen, so lechzt meine Seele nach dir, Gott! Meine Seele dürstet nach Gott, nach dem lebendigen Gott: Wann werde ich kommen und erscheinen vor Gottes Angesicht?“* Die Kirche St. Thomas, in Urfeld Wesseling (in Nordrhein-Westfalen, Deutschland), zeigt über dem Eingangstor zwei Hirschen, die Wasser trinken, das ein Engel ausschüttet. Detailansicht. Oft sind wir abgelenkt. Schauen YouTube-Videos oder schriftliche Werbung, die per Post zu uns kommt... Doch nur Gott kann unseren tiefsten inneren Lebensdurst stillen.

---

<sup>1</sup> Psalm 42.

<sup>2</sup> Psalm 43.

<sup>3</sup> Erklärung Elberfelderbibel zu Maskil in Psalm 32,1; Sprachschlüssel, S. 1754.

<sup>4</sup> Vgl. 1. Chronik 6,22.

<sup>5</sup> Vgl. Allen Ross, Psalmen, in: Das AT erklärt und ausgelegt, Band 2, S. 450.

## **B) Unsere Anfechtungen: unausgewogenes Essen und verspotteter Glaube**

„*Meine Tränen sind mein Brot geworden Tag und Nacht.*“ Er isst nicht mehr richtig, sondern weint die ganze Zeit. „*da man den ganzen Tag zu mir sagt: Wo ist dein Gott?*“ Die Meinung von anderen ist dem Beter noch sehr wichtig. Maria Prean sagt jeweils: „Wenn man dich noch beleidigen kann, hast du es verdient, beleidigt zu werden.“ Es ist ein happiger Spruch, aber im Sinne von: Wenn wir im Glauben an Jesus Christus verankert sind, müssen uns Kritik und Beleidigungen nicht mehr aus der Bahn werfen.

## **C) Dankbarkeit erlernen**

„*Daran will ich denken und vor mir ausschütten<sup>6</sup> meine Seele, wie ich einherzog, in der Schar sie führte zum Hause Gottes, mit Klang des Jubels und Dankes – ein feierlicher Aufzug.*“ Der Beter erinnert sich daran, wie er freudig nach Jerusalem ging an ein Fest. Doch diesmal ist er leider verhindert. Er weilt im Norden von Israel und kann nicht nach Jerusalem an das Fest gehen. Daraus können wir lernen: Dankbarkeit für das, was in unserer Vergangenheit gelungen ist. Dass wir vor lauter Problemen und Anfechtungen in der Gegenwart (und eventuell in der Zukunft) den Segen nicht vergessen, den Gott uns geschenkt hat in der Vergangenheit.

## **Refrain**

Der Refrain beginnt mit einer Frage: „*Was bist du so aufgelöst, meine Seele, und stöhnst in mir?*“ Man kann auch übersetzen: „Was bist du so gebeugt, meine Seele, und bist unruhig in mir?“ Unsere Seele ist schnell hin- und hergerissen, deswegen sagt die Bibel, dass wir weder auf unsere Seele noch auf unser Herz vertrauen sollen. Die Lösung folgt sogleich: „*Harre auf Gott!*“ Am Schluss des Gottesdienstes werden wir das bekannte Lied singen: „Harre meine Seele, harre des Herrn.“<sup>7</sup> Harren ist ein geduldiges und zuversichtliches Warten und Hoffen.<sup>8</sup> Warum sollen wir auf Gott harren? „*denn ich werde ihn noch preisen (für) die Heilstaten seines Angesichts.*“ Preisen bedeutet, Gott zu loben, beinhaltet aber auch, Gott seine Sünde und Schuld zu bekennen.<sup>9</sup> Wir können Gott loben, weil er uns dank Jesus unsere Schuld vergeben hat! „*denn ich werde ihn noch preisen (für) die Heilstaten seines Angesichts.*“ Das Interessante am Wort „*Heilstaten*“ ist, dass es in der Mehrzahl steht: Rettungen. „*Heilstaten*“ lautet auf Hebräisch: „Jeschua“ und weist uns auf Jesus Christus hin. Gott hat unterschiedliche Möglichkeiten, uns zu helfen<sup>10</sup>: Durch Menschen, die uns ermutigen und helfen; durch Ärzte, Spitäler, Medikamente; natürlich auch übernatürlich durch seinen Heiligen Geist, die Bibel, Kirchenfamilie, Hauskreise, Gottesdienst, Anlässe in der Kirchengemeinde...

## **2. Strophe: Unser Ertrinken im Leid und in der Dunkelheit**

In der zweiten Strophe drückt der Beter sein tiefes Leid aus über unterschiedliche Situationen, die ihn belasten.

### **A) Wenn Pläne nicht in Erfüllung gehen**

Der Beter befindet sich im Norden von Israel, weit entfernt von der Festversammlung in Jerusalem. Deswegen betet er: „*Mein Gott, aufgelöst in mir ist meine Seele; darum denke ich an dich aus dem Land des Jordan und des Hermon, vom Berg Misar.*“ Seine Pläne, am Fest in Jerusalem teilzunehmen, haben sich leider nicht erfüllt. Das habe ich noch selten erlebt: Vier Abmachungen, die ich in der vergangenen Woche erledigen wollten, klappten nicht. Teilweise, weil Leute krank waren. Auch wenn wir unsere Pläne nicht ganz umsetzen können, dürfen wir trotzdem wissen, dass Gott uns liebt und uns nicht aufgibt. Er ist souverän und kann aus bösen Umständen gute Früchte wirken. Wie gesehen beim Adoniamusical und der Geschichte von Josef im Alten Testament.

<sup>6</sup> „ausschütten, giessen [...] Der Beter schüttet sein Herz und seine Seele vor Gott aus“, Sprachschlüssel, S. 1955.

<sup>7</sup> Reformiertes Gesangbuch, Nr. 694,1-2.

<sup>8</sup> „warten, erwarten, zögern [...] hoffen, harren [...] meint neben einem allgemeinen Warten oder Abwarten auch ein intensives Warten oder Aushalten einer Situation [...]. Häufig steht es im Zusammenhang mit der Klage als Ausdruck einer zuversichtlichen Hoffnung und eines vertrauensvollen Wartens auf Gottes Kommen und rettendes Handeln, das aus der Not befreit [...]. Dieses Warten gilt es trotz aller Zweifel durchzuhalten [...], denn Gott wird den Wartenden nicht enttäuschen [...] und hat an ihm Gefallen (Ps 147,11)“, Sprachschlüssel, S. 1664.

<sup>9</sup> „preisen, loben, bekennen, gestehen [...] Die Selbstverpflichtung ‚Ich will Gott preisen‘ (... Ps 42,6.12...) bezieht sich dabei durchweg auf ein Handeln Gottes für den Beter, das Anlass zum Lob gibt. [...] Neben dem Anerkennen der Taten Gottes als Lobpreis kann *jadah* auch das Anerkennen und Bekennen der Sünde zum Inhalt haben (3Mo 16,21; Neh 9,2f; Ps 32,5; Spr 28,13)“, Sprachschlüssel, S. 1654.

<sup>10</sup> „Hilfe, Heil, Rettung [...] bezeichnet das Wort die Hilfe von Menschen (1Sam 14,45; 2Sam 10,11; Jes 62,1) o. Sachen wie etwa Mauern (Hi 13,16; Jes 12,3; 26,1; 60,18), aber meistens die Hilfe und das Heil, die Gott gewährt [...]. Seine Heilstaten [...] werden vor allem in den Liedern Israels vergegenwärtigt und neu erbeten [...], häufig verbunden mit dem Ausdruck der Freude (Ps 9,15; 13,6; 21,2; 42,6.12; Jes 25,9)“, Sprachschlüssel, S. 1681.

## **B) Wenn Gott uns überwältigt, ist er trotzdem unsere Hilfe**

Der Beter ist überwältigt von Gott, überrollt von ihm wie von einem Tsunami<sup>11</sup>: „*Flut ruft der Flut zu beim Brausen deiner Wassergüsse; alle deine Wogen und deine Wellen sind über mich hingegangen.*“<sup>12</sup> „Die alles überflutenden Chaoswasser sind in der Bibel ein wohlbekanntes Bild für Verzweiflung und Kummer.“<sup>13</sup>

## **C) Gott schenkt uns seine Gnade auch in unserer Zukunft**

Im Zentrum der beiden Psalmen steht Gottes Gnade: „*Des Tages wird der HERR seine Gnade aufbieten.*“ Das Spezielle daran ist, dass hier die Zukunftsform steht: Gott wird seine Gnade befehlen, gebieten, bestimmen.<sup>14</sup> Seine Gnade ist seine Liebe, „Güte, Gnade, Treue, Verbundenheit, Gemeinschaftspflicht, Grossherzigkeit, Gunst [...] unerwartete Freundlichkeit und Zuwendung [...], die wohltuend wirkt [...]. Vergebung [...], aber auch Hilfe und Rettung im weitesten Sinne.“<sup>15</sup> Weil Gott uns liebt, gilt seine Liebe zu uns auch in unserer Zukunft. „*und des Nachts wird sein Lied bei mir sein.*“ Die Lieder und Psalmen wurden oft mit Instrumenten und Gesang vorgetragen.<sup>16</sup> Auch uns kann Musik helfen, wieder ins seelische Gleichgewicht zu kommen. Kürzlich habe ich ein Buch gelesen, das klassische Musik von Johann Sebastian Bach empfohlen hat. „*ein Gebet*<sup>17</sup> *zu dem Gott meines Lebens.*“ Unser Gebet zu Gott kann sowohl aus freien Worten bestehen als auch aus bekannten, schriftlichen Gebeten wie das Unser-Vater-Gebet oder die Psalmen. Hier sehe ich eine Bewegung und eine Einladung. Am Anfang des Psalms hiess es: „*Meine Seele dürstet nach Gott, nach dem lebendigen Gott.*“ Nun wird aus dem „*lebendigen Gott*“ der „*Gott meines Lebens*“, der persönliche Gott! Gott lädt uns ein, dass auch wir diesen Schritt tun vom lebendigen Gott zum Gott meines Lebens!

## **D) Gott ist unser Fels, wenn wir von Menschen bedrängt**

„*Sagen will ich zu Gott, meinem Fels: Warum hast du mich vergessen?*“ Der Fels steht hier für Gott<sup>18</sup>, weil er unerschütterlich ist wie der grösste Fels in der Brandung. Der Beter nennt hier eine Spannung und einen scheinbaren Widerspruch: Gott ist gleichzeitig sein sicherer Fels, aber er hat ihn auch scheinbar vergessen! Andere Menschen bedrängen den Beter. Das ärgert ihn gewaltig und er fragt Gott: „*Warum muss ich trauernd einhergehen, bedrückt durch den Feind?*“ Der Beter geht trauernd einher. Die Grundbedeutung des Wortes „*trauernd*“ lautet: „sich verfinstern, schwarz werden, verdunkeln [...] schmutzig, trübe sein [...] in schmutzigen Kleidern gehen, trauern, in Trauer sein.“<sup>19</sup> Damit drückt er aus, dass er im Dunkel der Depression sitzt, im Loch, in der Finsternis. Er spürt Gott nicht mehr, Gott fühlt sich weit weg an. Was er aber ganz klar spürt, sind die Spottreden seiner Feinde: „*Wie Mord in meinen Gebeinen höhnen mich meine Bedränger, indem sie den ganzen Tag zu mir sagen: Wo ist dein Gott?*“ Dieser Spott seiner Gegner trifft den Beter zutiefst, bis in Mark und Bein. In den poetisch-dichterischen Teilen der Bibel wie den Psalmen sitzen die Gefühle in den Knochen.<sup>20</sup>

---

<sup>11</sup> „Tiefe des Meeres, Flut [...] bezeichnet die Wassermassen, die vor der Schöpfung als Urflut die Erde umspülten (1Mo 1,2...), die Fluten der Sintflut (1Mo 7,11; 8,2) o. ein anderes Gerichtshandeln (Hes 26,19). Die tiefen Wasser bergen, viell. als Wasserreservoir, Segen [...] für das Land [...], jedoch steht der Aspekt der Gefährdung stark im Vordergrund, besonders bei der Rettung Israels aus den Fluten des Schilfmeeres [...] o. bei dem Bild des in den Fluten Ertrinkenden (Ps 42,8; 107,26). An einer Stelle steht es bildl. für einen in die Tiefe der Erde Gesunkenen (Ps 71,20) als Ausdruck einer verzweifelten Notlage. Auch Gottes gerechtes Richten kann mit der Kraft der Urflut beschrieben werden (Ps 36,7)“, Sprachschlüssel.

<sup>12</sup> „hinübergehen, vorübergehen [...] Bezeichnung eines Übergangs, für das Überschreiten eines Flusses [...] Wenn Gott sich offenbart und vorüberzieht (2Mo 33,22; 1Kö 19,11), kann dies Gericht (2Mo 12,12.23; Am 5,17) o. auch Hilfe (5Mo 9,3; 31,3) o. Vergebung (Mi 7,18) bedeuten“, Sprachschlüssel, S. 1800.

<sup>13</sup> Genfer Studienbibel, S. 914.

<sup>14</sup> „gebieten, befehlen, beauftragen, anordnen, bestimmen, bestellen. Das Wort bezeichnet das verbindlich anordnende, befehlende Reden eines Königs [...], eines Militärführers [...], eines Arbeitgebers [...] o. eines Vaters [...]. Sehr häufig ist das Wort vom Reden Gottes ausgesagt“, Sprachschlüssel, S. 1857.

<sup>15</sup> „Erweist Gott seine helfende Zuwendung, erwartet er auch von Menschen Güte und zurechtbringendes Erbarmen anderen gegenüber [...] sowie Vertrauen [...] und Liebe zu Gott“, Sprachschlüssel, S. 1631.

<sup>16</sup> „Lied, Gesang [...] oft in Begleitung von Instrumenten“, Sprachschlüssel, S. 1936.

<sup>17</sup> „Gebet [...] sowohl das persönliche und frei formulierte Gebet [...] als auch die Gebete in geprägter Form [...], wie sie in den Psalmen gesammelt sind“, Sprachschlüssel, S. 1974.

<sup>18</sup> „Fels [...] Felsengrund o. eine Felsregion [...] Wie auch einen einzelnen Felsen [...]; bildl. für Gott gebraucht“, Sprachschlüssel, S. 1792.

<sup>19</sup> Sprachschlüssel, S. 1871.

<sup>20</sup> „Knochen, Gebein [...] Der Knochenbau von lebenden Menschen (... Ps 42,11...) gilt auch als Sitz von Empfindungen“, Sprachschlüssel, S. 1824.

## Refrain

Auf die Frage der Spötter „*Wo ist dein Gott?*“ folgt wieder der Refrain: „*Was bist du so aufgelöst, meine Seele, und was stöhnst du in mir? Harre auf Gott! – denn ich werde ihn noch preisen, die Heilstaten meines Angesichts und meinen Gott.*“ Damit ermutigt sich der Beter selbst, nicht den Zweifeln seiner Feinde Glauben zu schenken, sondern Gott zu vertrauen.

## 3. Strophe: Unser Prozess zu geistlichem Wachstum

Diesen Teil habe ich in der schriftlichen Fassung dieser Predigt noch genauer ausgeführt. Die Zusammenfassung lautet, dass der Beter Gott bittet, dass er ihn vor bösen Menschen bewahrt. Denn Gott ist seine Zuflucht.

### A) Gott hilft uns vor Gericht gegen gnadenlose Menschen

„*Schaffe mir Recht<sup>21</sup>, Gott, und führe meinen Rechtsstreit<sup>22</sup> mit einer gnadenlosen Nation<sup>23</sup>!*“

Der Beter bittet Gott, ihn vor Gericht zu verteidigen, denn Gott hilft denen ohne Rechte. Auch hier sehen wir einen Gegensatz zwischen dem gnädigen Gott, der in Psalm 42 vorgekommen ist, und der „*gnadenlosen Nation.*“ Die Nation steht hier für die Menschen, die Gott (noch) nicht kennen und nicht nach seinen Geboten und Weisungen leben.

### B) Gott schützt uns vor betrügerischen Menschen

„*Vom Mann des Betrugs<sup>24</sup> und des Unrechts<sup>25</sup> rette<sup>26</sup> mich! Denn du<sup>27</sup> bist der Gott meiner Zuflucht<sup>28</sup>. Warum hast du mich verworfen<sup>29</sup>? Warum muss ich trauernd einhergehen, bedrückt durch den Feind?*“

## C) Gott sandte seinen Sohn Jesus Christus, der uns Licht und Wahrheit bringt

### a) Jesus ist Licht und Wahrheit

„*Sende dein Licht<sup>30</sup> und deine Wahrheit<sup>31</sup>!*“; Diesen Satz habe ich an die Kirchenwand Leutwil anschlagen lassen. „Licht“ stand für Verstehen und Leben, und „Wahrheit“ stand für Gottes treues Wort, durch welches der Psalmist seine Führung erfuhr.“<sup>32</sup> Jesus hat die Psalmen gekannt, sie gebetet und viele Anspielungen an sie gemacht.

---

<sup>21</sup> „richten, Recht sprechen, einen Rechtsstreit führen, schlichten, retten, verurteilen [...] mit dem Wort werden eine Reihe von Handlungen ausgedrückt, die dazu dienen, eine friedliche und heilsame Ordnung in einer Gesellschaft zu erhalten o. herzustellen [...] Gott richtet und regiert als König die ganze Erde [...], er steht dem Gerechten bei und verurteilt den Rechtsbrecher“, Sprachschlüssel, S. 1954.

<sup>22</sup> „Streit, Rechtsstreit [...] Gott streitet für den Entrechteten um sein Recht (Ps 43,1...)“, Sprachschlüssel, S. 1899.

<sup>23</sup> „Nation [...] Volk als politische und territoriale Einheit [...] fast immer nicht-israelitische Völker im Gegensatz zu Israel bezeichnet [...]; sie sind unbeschnitten [...], gottlos [...], begehen Gräueltaten [...] und dienen anderen Göttern“, Sprachschlüssel, S. 1567.

<sup>24</sup> „Hinterlist, Trug, Betrug, Verrat“, Sprachschlüssel, S. 1753.

<sup>25</sup> „Verkehrtheit, Böses, Unrecht, Ungerechtigkeit“, Sprachschlüssel, S. 1805.

<sup>26</sup> „retten, in Sicherheit sein [...] in Sicherheit bringen, retten, entrinnen lassen, Befreiung aus der Not“, Sprachschlüssel, S. 1839.

<sup>27</sup> „Du“ ist im hebräischen Urtext betont.

<sup>28</sup> „Zuflucht, Festung, Schutz [...] Das Wort wird auch bildl. für Gott in seiner schützenden Mächtigkeit gebraucht“, Sprachschlüssel, S. 1742.

<sup>29</sup> „stinken, verstossen, verwerfen, ausschliessen“, Sprachschlüssel, S. 1607.

<sup>30</sup> „Licht [...] Tageslicht als erstes Schöpfungswerk Gottes [...]. Im AT ist die Symbolik des Lichtes eng mit dem Leben verbunden. Nur wo Licht ist, da ist auch Leben möglich [...]. Daneben ist das Licht ein Bild für Freude, Wohlergehen und für das von Gott geschenkte Heil [...]. Gottes Licht ist seine fürsorgliche Zuwendung, die den Menschen leitet und behütet [...]. In Gottes Licht leben heisst, nach seinen Geboten zu leben, was die Bestimmung und das Ziel des Menschen ist [...]. Schliesslich wird Gott selbst Licht genannt (Ps 27,1; Jes 10,17; Mi 7,8). Das Licht ist Symbol seiner Macht, Herrlichkeit und Gnade [...]. Gott wird am Ende aller Zeiten Sonne und Mond ablösen und seinem Volk ein ewiges Licht sein (Jes 60,19)“, Sprachschlüssel, S. 1493.

<sup>31</sup> „Festigkeit, Zuverlässigkeit, Beständigkeit, Dauer, Treue, Wahrheit, Sicherheit; etw., worauf man sich verlassen kann, was sich zugleich aber noch als verlässlich bewähren muss [...]. Dabei bezeichnet das Wort nie nur die Gesinnung der Treue oder Zuverlässigkeit, sondern stets ein konkretes Handeln, auf das sich der verlassen kann, dem es in Aussicht gestellt wird [...]. Zuverlässigkeit charakterisiert *ämät* in umfassender Weise und signalisiert zugleich, dass sich die Wahrheit des Redens und Handelns in der Beziehung zum anderen offenbart. Indem *ämät* die Beziehung zum anderen immer auch mit umschliesst, bezeichnet das Wort nicht nur einen objektiven Tatbestand. Im Gegensatz zum Menschen wird von Jahwe gesagt, dass er ein Gott der Treue ist (Ps 31,6), d.h. ein Gott, auf den sich der Israelit verlassen kann“, Sprachschlüssel, S. 1516-1517.

<sup>32</sup> Allen Ross, Das AT erklärt und ausgelegt, S. 450.

Er spricht im Johannesevangelium: „*Ich bin das Licht der Welt; wer mir nachfolgt, wird nicht in der Finsternis wandeln, sondern wird das Licht des Lebens haben.*“<sup>33</sup> Ebenso sagt er: „*Ich bin der Weg und die Wahrheit und das Leben. Niemand kommt zum Vater als nur durch mich.*“<sup>34</sup>

## **b) Jesus führt und leitet uns zur ewigen Freude**

Jesus Christus, das Licht und die Wahrheit in Person, leitet uns zu Gott. „*sie sollen mich leiten, mich bringen zu deinem heiligen<sup>35</sup> Berg und zu deinen Wohnungen<sup>36</sup>. So werde ich kommen zum Altar<sup>37</sup> Gottes, zum Gott meiner Jubelfreude, und werde dich preisen auf der Zither<sup>38</sup>, Gott, mein Gott!*“ Jesus leitet uns zur „*Jubelfreude*“ = „Freude, Fröhlichkeit [...]. Freude von Herzen [...] Jubel, Freudengeschrei o. -gesang [...], Freudenfest.“<sup>39</sup> Die Bibel ist humorvoll: Nach so vielen Anfechtungen und Schmerz greift der Beter am Schluss zur Zither, einer Art Gitarre, singt und spielt „Kumbaya“ am Lagerfeuer und alles ist paletti 😊

## **Schluss: Refrain**

### **A) Gott wünscht sich eine tiefe Beziehung mit uns**

Noch eine kurze Statistik für Zahlenliebhaber: Insgesamt ruft der Beter Gott 21 Mal an mit den Worten El oder Elohim (d.h. Gott), einmal steht Jahwe – der HERR, der Bundesgott; zusammen 22 Mal; Neunmal „du“; zweimal „dich“; einmal „dir“, einmal „deiner“ (Wassergüsse). Insgesamt: 38 Mal etwas mit Gott (Name oder Pronomen). Der Beter spricht 22 Mal von „mein“, davon sieben Mal von „meiner Seele“ (Klammerbemerkung: die Zahl sieben steht in der Bibel für Vollkommenheit), 11 Mal „ich“, 7 Mal „mich“, 9 Mal „mir“, zweimal „meiner.“ Insgesamt also 51 Mal. Diese beiden Psalmen 42 und 43 drücken also die tiefe und innige Beziehung zwischen einem Menschen und Gott aus. Gott wünscht sich auch eine tiefe Beziehung mit uns durch Bibel und Gebet und Gemeinschaft in der Kirchenfamilie.

### **B) Gott befreit uns aus dem Burnout**

Auch andere interessante Stichworte tauchen auf: Die Hirschkuh, ein Tier. Dann die Urfluten und verschiedene Berge (direkt Hermon sowie Misar und indirekt Zion). Das Tier, die Fluten und Berge stehen für die Natur. In der Natur können wir auftanken, auch gerade vom Streit mit anderen Menschen. Aber nicht nur Natur kommt vor, sondern auch Kultur: Zither, Musik, Gottesdienst. Auch menschliche Gemeinschaft, die Kirchenfamilie, die „Schar“, die fröhlich nach Jerusalem pilgert. Gott befreit uns aus dem Burnout, der Erschöpfungsdepression. Das kann natürlich auch ein längerer Prozess sein, bei dem medizinische Unterstützung nötig sein kann.

### **C) Jesus führt uns zur Jubelfreude**

In der dritten Strophe sehen wir seinen Prozess und sein geistliches Wachstum: Trotz Widerstand seiner Gegner leiten ihn Gottes Licht und Wahrheit, neutestamentlich gesprochen Jesus Christus, führen ihn zu Gott und damit zur übersprudelnden Jubelfreude.<sup>40</sup> In allen Auf und Abs unseres Lebens dürfen auch wir uns an unseren Retter Jesus Christus wenden mit tiefster Gewissheit: „*Was bist du so aufgelöst, meine Seele, und was stöhnst du in mir? Harre auf Gott, denn ich werde ihn noch preisen, das Heil meines Angesichts und meinen Gott.*“ Amen.

---

<sup>33</sup> Johannesevangelium 8,12.

<sup>34</sup> Johannesevangelium 14,6.

<sup>35</sup> „Heiliges, Heiligkeit, Heiligtum [...]. Gott ist Ursprung aller abgeleiteten Heiligkeit“, Sprachschlüssel, S. 1872.

<sup>36</sup> „Wohnstätte, Wohnung [...] Häufiger wird das Heiligtum als *miskan* Gottes bezeichnet, sowohl das Zeltheiligtum als auch der Tempel“, Sprachschlüssel.

<sup>37</sup> „Altar [...] bezeichnet das Wort in seiner Grundbedeutung zunächst die Stelle, wo das Schlachtopfer vollzogen wird [...]. Auf ihnen werden Tiere, Getreide und andere Gaben zur Weihe an Gott gelegt“, Sprachschlüssel, S. 1724.

<sup>38</sup> „Zither [...] Instrument aus Holz mit mehreren Saiten [...], das seltener zur Klage (Jer 16,11), vor allem aber bei festlichen [...] und fröhlichen Anlässen [...] und bei Gelagen [...] gespielt wurde und auch zur Begleitung von Psalmen diente“, Sprachschlüssel, S. 1696.

<sup>39</sup> Sprachschlüssel, S. 1917.

<sup>40</sup> Vgl. John MacArthur, Studienbibel, S. 774.