

Eine ausgewogene Gebetsmischung

(Psalm 13)

»Himmlicher Vater, danke für diesen schönen Tag! Danke, dass du uns versorgst!« – wenn Andreas, ein erfahrener und fröhlicher Christ, mit Gott redet, fallen ihm am laufenden Band Dinge ein, die er als Geschenk Gottes empfindet und für die er Gott ausgiebig lobt. Fast jeder Satz beginnt mit »Danke ...«

Betet Elisabeth im Hauskreis, sprudeln dagegen automatisch viele ganz konkrete Bitten aus ihr heraus: »Herr, du siehst die Not von ..., du weißt um ... – bitte greif ein!«

Ingrid wiederum pflegt einen noch ganz anderen Gebetsstil. Sie teilt ihren ganzen Tag, ihre Gefühle, ihre Situation quasi in Echtzeit mit ihrem Vater im Himmel: »Herr, weißt du, gerade bin ich etwas nervös wegen des Arzttermins. Ich denke gerade darüber nach, ob ...«

Bei anderen Betern fällt es einem in der Regel eher auf als bei einem selber: Es schleichen sich im Lauf der Zeit leicht Gebetsgewohnheiten ein, etwa ein immer wiederkehrendes Muster oder typische Schwerpunkte, um die das Gebet kreist.





1. Drei typische Gebetsperspektiven

Es gibt die Beter, die in erster Linie Gott ihr Leid klagen. Sie erzählen ihm lang und breit, wie es ihnen geht, was gerade anliegt, was sie beschäftigt, in welcher Situation sie gerade stecken. Menschen mit diesem Schwerpunkt senden Gott die ganze Zeit sogenannte Ich-Botschaften: »Gott, *ich* bin immer noch krank. *Ich* halt das nicht mehr aus. Hallo? Gott? Manchmal glaube *ich*, du hörst mir gar nicht zu!«

Das müssen auch nicht zwingend nur negative Sachen ein: »Gott, heute geht es mir ganz gut. Ich denke gerade an meinen nächsten Urlaub ..., weißt du, ich freue mich darauf.« Gebet als Klage, neutraler gesagt: als Selbstoffenbarung, als Zustandsbeschreibung – manche zelebrieren das ausgiebig.

Daneben gibt es die Appell-Beter, die vor allem Imperative, also Anforderungen formulieren. Ihr Schwerpunkt beim Beten besteht darin, dass sie Gott bitten, etwas Bestimmtes zu tun. »Gott, bitte hilf mir, meinen Autoschlüssel wiederzufinden!« – »Herr, heute auf der Arbeit ist es einfach nur heftig – bitte hilf mir, dass ich das alles schaffe!« Das kennen wir alle – ob in Form spontaner Stoßgebete oder regelmäßig wiederkehrend bei Themen, die uns länger beschäftigen. Bei manchen ist diese Gebetsperspektive sehr prägend.

(Das ist ehrlich gesagt meist auch mein Schwerpunkt beim Beten. Ich erzähle Gott gern, was ich mir von ihm wünsche. Ich sage ihm, wo ich gerne sein Eingreifen erleben möchte. Ich möchte erreichen, dass er real in meinem Leben handelt, dass er mir weiterhilft.)

Dann gibt es noch die Beter, die schwerpunktmäßig Gott loben. Manche lieben es, Gott im Gebet lang und breit zu preisen und zu danken, ihm zu sagen, dass sie ihn lieben und dass er einfach der Größte ist. Stundenlange Anbetung – für manche gibt es nichts Schöneres. Sie zelebrieren genussvoll die Beziehungsebene zwischen Gott und Mensch. Damit können andere Zuhörer wiederum manchmal nicht so gut umgehen. Es gibt Christen, die werden in Gebetsgemeinschaften ungeduldig, wenn jemand »einfach nur« Gott im Gebet ausgiebig lobt. Manche denken nach einigen Sätzen: »Jetzt komm doch endlich mal zur Sache und sag, was du wirklich willst!« Sie merken gar nicht, dass der andere längst bei der Sache ist und dass das Gotteslob genau das ist, was zu diesem Zeitpunkt im Fokus stehen soll. Die, die Gott stundenlang anbeten, empfinden und genießen ihre Beziehung zu Gott sehr intensiv. Das Loben und Danken erledigen viele – so mein Eindruck – gerne auch in Form von Liedern. Ein Satz wie »Jesus, du bist wunderbar« geht uns sachlichen Deutschen vielleicht tatsächlich vertont leichter über die Lippen – warum nicht, man kann ja auch singend beten.

So unterschiedlich sind die Geschmäcker und Herangehensweisen beim Beten. Die meisten Christen haben typische Gewohnheiten. Erkennst du deinen Gebets-Schwerpunkt wieder? Hast du schon einmal bewusst darauf geachtet, wie du mit Gott redest, wenn du betest?

Mir ist in letzter Zeit klar geworden: Ich bin ein ziemlich einseitiger Beter. Ich komme ständig mit Wünschen zu Gott. Ich spreche ihn meist

an, um ihn um Hilfe zu bitten. Kurz und knackig sage ich, was ich von ihm möchte – und fertig. Ich habe, glaube ich, mir da im Lauf der Jahre eine ziemlich einseitige Schwerpunktsetzung angewöhnt.

2. Davids Perspektivenvielfalt

In Psalm 13 finden wir dagegen einen anregenden Ansatz, ausgewogen zu beten. David gibt uns hier ein Beispiel einer guten Gebetsmischung, die Klage, Bitte und Lob ausbalanciert berücksichtigt. Ich glaube, dass einseitiges Beten eine eingeschränkte Perspektive zur Folge haben kann und dass unser geistliches Leben an Stabilität gewinnt, wenn wir unser Gebet auf drei Beine stellen. Klavierhocker haben häufig drei Beine – warum? Ein Hocker mit drei Beinen wackelt nie. Auch unser Gebetsleben, unser Glaubensleben wird stabil und ausgewogen, wenn wir nicht die ganze Zeit nur auf einem Bein stehen ...

Psalm 13 bietet uns ein ziemlich ungeschminktes, authentisches Reden mit Gott. In diesem recht kurzen Gebet fällt David direkt mit der Tür ins Haus, er klagt Gott sein Leid. Dann bittet er um Gottes Eingreifen. Und zum Schluss lobt er Gott und spricht ihm ausdrücklich sein Vertrauen aus. Klage, Bitte und Lob bzw. Situationsbeschreibung, Appell und Beziehungsebene: Wir halten das heutzutage meist klar auseinander, David kombiniert diese Elemente als stimmigen Dreiklang, als ausgewogene Gebetsmischung. Und alle drei Gebetsansätze bezieht er auf seine aktuelle Situation.

Die historische Ausgangssituation lässt sich grob rekonstruieren. David schildert Druck, Sorgen, Enttäuschungen, Bedrohungen und Angriffe. Er fühlt sich teilweise von Gott in all diesen Problemen alleingelassen. Vielleicht stammt das Gebet aus seiner Exilzeit, als Saul ihn verfolgte (vgl. 1Sam 20–31), oder aus der Zeit, als sein Sohn Absalom ihm gefährlich wurde (2Sam 15–19). Er wird nicht sehr konkret, was sein Problem betrifft – aber diese Offenheit macht es uns heute leichter, sein Gebet mitzubeten. »In einer Kürze und Konzentration, die kaum zu übertreffen ist«,¹ ruft dieser Psalm zum Mitbeten auf. Er »scheint fast abstrakt und sehr unkonkret zu sein«² und passt gerade deshalb auf viele Situationen aus unserem eigenen Erleben. Der 13. Psalm drückt den gemeinsamen Nenner vieler Probleme aus, sodass sich Menschen in ganz verschiedenen Situationen darin wiederfinden können. Gerade wenn du in deinem Leben derzeit mit Herausforderungen fertigwerden musst, die deine Kräfte, deine Geduld zu übersteigen drohen, kann der Psalm dir neue Perspektiven eröffnen.

2.1 Klage

1 Ein Lied Davids. **2** Herr! Hast du mich für immer vergessen? Wie lange willst du dich noch verbergen? **3** Wie lange sollen mich die Sorgen quälen, soll der Kummer Tag für Tag an meinem Herzen nagen? Wie lange dürfen meine Feinde mich noch bedrängen? (GNB)

Es platzt sofort aus David heraus in diesem Gebet. Es geht ohne Vorwarnung gleich von 0 auf 100. Er klagt sinngemäß: »Ich kann das nicht



1 Claus Westermann: *Ausgewählte Psalmen*, Göttingen 1984, S. 56.

2 Barbara Leicht: »Das ist ungerecht! Psalm 13«, in: Andreas Leinhäupl (Hrsg.): *Psalmen – Das Leben ins Gebet nehmen*, Stuttgart 2011, S. 37.



mehr lange aushalten!« David beschreibt nicht in sanften, vorsichtigen Andeutungen, sondern ziemlich drastisch, wie es ihm geht: Er hofft auf Hilfe in seiner problematischen Situation – und zwar von Gott, und zwar schnell ... aber Gottes Hilfe bleibt aus.

David lässt alles ungefiltert heraus: die vorwurfsvollen Fragen, die Ungeduld, seine Emotionen. Er klagt über seine Sorgen, seinen Kummer, über seine Feinde. Er leidet unter Ängsten, unter Bedrohung, er steht unter Druck. Sogar die Sorge, dass Gott sich scheinbar fein heraushält aus seinen Problemen, spricht er offen aus. Vor allem aber drückt er aus: »Ich habe langsam den Eindruck: Gott, du ignorierst mich völlig! Ich bin mir selbst überlassen – bzw. meinen Feinden.« Das klingt verzweifelt: »Gott, ich fühle mich von dir gerade ziemlich alleingelassen!« Segen Gottes? Gottes Zuwendung? Gottes Liebe? Er spürt momentan *nichts* davon! Gar nichts! Gott greift nicht ein!

Vielleicht kennst du das – das Gefühl, dass deine Verbindung zu Gott gestört ist; das Gefühl: »Ich komme einfach nicht durch – was ich auch sage, es kommt nicht an bei Gott. Es ändert sich nichts, obwohl ich Gott darum bitte! Gott scheint weit weg, die Probleme rücken dagegen immer näher ... Ich würde mir wünschen, es wäre andersherum ...«

Dann hast du drei Alternativen, zu reagieren: Erstens zu resignieren, dich damit abzufinden (»Dann halt nicht«). Zweitens dich enttäuscht abzuwenden von Gott (»Dann will *ich* mit Gott auch nichts mehr zu tun haben«). Oder drittens, das Gegenteil zu tun: dann erst recht Gott in den Ohren zu liegen! Und genau das macht David hier!

David klagt »über den Entzug der Gottesnähe«³ – und fordert deswegen erst recht seine Nähe ein. Wörtlich steht in Vers 2: »Bis wann willst du dein Angesicht vor mir verbergen?« David hat das Gefühl, dass Gott ihm »seine Aufmerksamkeit entzogen« hat,⁴ Gott ist ihm scheinbar nicht mehr zugewandt; er dreht sein Gesicht (Zeichen für Gottes segnende, wohlwollende Zugewandtheit: 4Mo 6,25f.) weg. David fehlt in seiner Situation der »Blickkontakt zwischen Gott und Mensch«.⁵ David weiß: »Gott ist nicht ein Gegenstand, der passiv sichtbar, bemerkbar, erfahrbar, ja denkbar wäre, wenn nicht diese Erfahrbarkeit auf einem Sich-Zeigen beruhte.«⁶ Nur wo Gott sich zeigt, nehmen wir ihn wahr. Wo Gott uns anschaut, sehen wir ihn.

David »empfindet sich wie ein Bittsteller, der ›das Angesicht seines Königs‹ nicht sehen darf, d. h. nicht zur Audienz vorgelassen wird, oder wie ein Notleidender, der vergeblich gehofft hatte, dass der vorübergehende König seine Not wahrnimmt und ihm hilft.«⁷ David sagt Gott sozusagen: »Gott, ich habe den Eindruck, du schaust bewusst weg! Hallo – hier bin ich!« Entzug von Gottes Aufmerksamkeit bedeutet für David: er ist sich und der Situation überlassen (vgl. 5Mo 32,20). David empfindet es so: Gott kümmert sich nicht – um den Beter, um die ganze vertrackte Lage! (Falls er sie überhaupt wahrnimmt ...) Dieses Gefühl macht David zu schaffen – und genau das spiegelt er Gott klipp und klar: »Gott, ich halte das so nicht mehr lange aus! Mir geht es richtig schlecht!«

Gott vergisst uns nicht (Jes 49,15), aber manchmal scheint er sich zu-

3 Erich Zenger: *Stuttgarter Psalter – mit Einleitungen und Kurzkommentaren*, Stuttgart 2005, S. 37.

4 Manfred Oeming: *Das Buch der Psalmen. Psalm 1–41*, Stuttgart 2000, S. 105.

5 Dieter Schneider: *Das Buch der Psalmen, 1. Teil*, Wuppertal 1995, S. 105.

6 Robert Spaemann: *Meditationen eines Christen über die Psalmen 1–51*, Stuttgart 2014, S. 101.

7 Erich Zenger: *Psalmen – Auslegungen in zwei Bänden*, Freiburg 2011, S. 73.

rückzuziehen. Manche trauen sich in so einer Situation gar nicht, Gott so offen zu sagen, was sie wirklich denken. Sie flüchten in Floskeln, in fromme Standardsätze, die man halt üblicherweise so betet – und halten das zurück, was sie wirklich beschäftigt.

Wenn du enttäuscht bist von Gott, vielleicht sogar sauer auf ihn – redest du mit ihm darüber? Redest du mit Gott offen über das, was *wirklich* los ist, was dich *wirklich* beschäftigt? Spiegeln deine Gebete deine Realität wider? Ist das, was derzeit gedanklich dein Hauptthema ist, auch Thema in deinen Gebeten? Oder läuft da im Gebet ein fromm klingendes, gut aussehendes Parallelprogramm? Wie groß ist die Schnittmenge zwischen deinen Lebens Themen und deinen Gebets Themen? Sind deine Gebets Themen weitgehend von den Lebens Themen entkoppelt, ist sehr wahrscheinlich auch dein Glaubensleben nicht sehr mit deinem Alltagsleben verknüpft.

Es ist nicht nur erlaubt, das anzusprechen, es ist sogar gut, offen mit Gott zu reden. Lebendige Gottesbeziehung zeigt sich genau darin. Gott mag es, wenn wir erzählen, was los ist, wenn wir ihn auf dem Laufenden halten, ihm unser Herz öffnen (Phil 4,6). Und wenn wir uns von Gott entfremdet fühlen, sollte genau das unser Thema sein! »Die Abwesenheit Gottes zu beklagen ist nicht ein Zeichen von Unglauben«,⁸ sondern ein Zeichen, dass man auf Gottes Nähe Wert legt und darum kämpfen will. Das ist wie in einer Ehe: Wenn die Beziehung einen Hänger hat, Sprachlosigkeit herrscht, muss man *genau darüber* reden, nicht übers Wetter.

In Richtung Gott ist Klage, sogar Anklage erlaubt – selbst die kritische Auseinandersetzung mit Gott führt näher zu ihm. »In ihr wird Gott ungleich ernster genommen als in manchem ›christlichem‹ Beten, wo der Beter meint, auf Klagen verzichten zu müssen bzw. zu können.«⁹

Wir sollen das, was uns bewegt, nicht irgendwem erzählen, sondern in erster Linie Gott! Wir dürfen und sollen ihm ungeschminkt unsere Situation schildern, unseren Gefühlen Ausdruck verleihen!

In Davids Klage, in seinen Ich-Botschaften merkt man: Er fühlt sich als »bedrohte Existenz«.¹⁰ Viermal fragt David in seinem Gebet: »Wie lange noch?« Die Situation ist für ihn schwer auszuhalten. Es wird für ihn langsam, aber sicher unerträglich; sein Optimismus ist bald aufgebraucht. Eine Zeitlang hält man Probleme aus – irgendwann ist die Kraft, die Geduld überstrapaziert. Aber »indem die Frage ›Wie lange?‹ Gott zugerufen wird, ändert sich schon etwas. Die Frage verhallt nicht im Unendlichen; es ist einer da, der sie hört.«¹¹ Gläubige Menschen haben einen Adressaten, den ihr Empfinden und Befinden sehr interessiert und der Einfluss auf das weitere Geschehen nehmen kann!

»Hier geht es um das ›Wann‹, nicht um das ›Ob‹« von Gottes Hilfe.¹² David glaubt prinzipiell, dass Gott eingreifen kann und wird – er will nur wissen, *wann* endlich; »insofern steckt in der Form der Klagefrage ein großes Hoffnungspotential«.¹³ »In dieser Frage spricht sich zum einen die Ungeduld und die Erschöpfung des Leidenden aus, der am Ende seiner Kraft ist. Zum anderen freilich steckt in dieser Frage der lange Atem der Hartnäckigkeit und des Widerstandes, der überzeugt ist, dass es



8 Schneider 1995, S. 105.

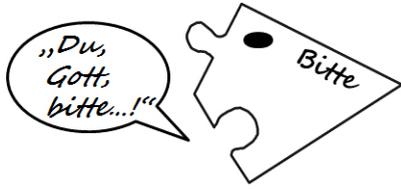
9 Beat Weber: *Werkbuch Psalmen I. Die Psalmen 1 bis 72*, Stuttgart 2001, S. 89.

10 Westermann 1984, S. 57.

11 Westermann 1984, S. 57.

12 Leicht 2011, S. 36.

13 Oeming 2000, S. 104f.



so nicht bleiben muss, wie es ist.«¹⁴ Diese Sätze »kommen aus der geradezu trotzigsten Entschlossenheit des Beters, in der er an JHWH festhalten will, auch wenn dieser ihn scheinbar im Augenblick nicht festhält.«¹⁵ Man kann also mit Fug und Recht sagen: Dieser »Klagepsalm ist letztlich ein Vertrauenspsalm«;¹⁶ David will seine Not Gott anvertrauen. Hier »wird eindrucksvoll erlebbar, was die Klage vom richtungslosen Jammern unterscheidet.«¹⁷

David klagt in seiner Situation über »Feinde«: Das steht für Menschen, die ihn ausnutzen, unter Druck setzen, verleumden, verachten und mobben. Das steht auch allgemeiner für alle Lebenssituationen, in denen man kämpfen muss. »Realität, Fantasie und Projektion mögen immer zusammenfließen«, wenn Kranke und Notleidende Feinde am Werk sehen, aber »der Psalm verdrängt diese Ängste und Projektionen nicht, sondern spricht sie aus – um den Leidenden aus diesen lähmenden Projektionen herauszuholen und hinzuführen zu dem Bekenntnis, von dem her der Leidende neuen Lebensmut finden kann.«¹⁸ David ruft in diesem Sinne Gott im Folgenden auf, endlich entscheidend in den Kampf einzugreifen.

2.2 Bitte

4 *Sieh mich doch wieder an, Herr! Gib mir Antwort, du mein Gott! Mach es wieder hell vor meinen Augen, damit ich nicht in Todesnacht versinke!*

5 *Sonst sagen meine Feinde: »Den haben wir erledigt!«, und jubeln über meinen Sturz.*

Die ersten drei Verse enthalten Davids Fragen und Klagen, die subjektive Situationsbeschreibung. Jetzt richtet David einen Appell an Gott, er hat drei konkrete Bitten: »Gott, schau hin! Gott, gib mir Antwort! Gott, greif ein!«

David sagt in Vers 4: »Schau mich an! Gott, ich wünsche mir endlich diesen Augenkontakt wieder« (vgl. 1Mo 16,13; Ps 42,3; Jes 63,15). »Gott, ich sehne mich nach deiner Aufmerksamkeit, deinem Wohlwollen, deiner Wärme!« Gott soll, so sein Wunsch, endlich Antwort geben, es wieder »hell machen« vor Davids Augen. »Die Augen hell machen«, das bedeutet: jemanden froh machen und beleben (vgl. Esr 9,8; Ps 19,9 im Gegensatz zu Ps 6,8; 38,11; Kla 5,17). Wir kennen diese Redewendung auch heute immer noch, wenn wir – im negativen Sinne – sagen: »Ich sehe da schwarz« oder »Das sieht aber düster aus ...«. Wir sprechen auch im positiven Sinne von »glänzenden Augen«. Als mein Sohn mit fünf Jahren zu Weihnachten eine Lego-Eisenbahn geschenkt bekommen hat, bekam er strahlende Augen – genau das ist hier gemeint! David will raus aus der Dunkelheit, die ihn umgibt!

»Die Bitte zielt also auf die Erneuerung von Lebenskraft und Lebenswillen.«¹⁹ Der Beter wünscht sich die Lebensfreude zurück. »Wen Gott liebend anblickt, der bleibt lebend, den durchdringen neue Lebenskräfte.«²⁰ Lässt Gott sein Angesicht aufleuchten über uns (4Mo 6,25), spiegelt sich seine Liebe in unseren Augen wider.

Hier aber muss Gott erst einmal wieder den Blickkontakt ermögli-

¹⁴ Zenger 2011, S. 73.

¹⁵ Zenger 2011, S. 74.

¹⁶ Zenger 2005, S. 38.

¹⁷ Zenger 2011, S. 70.

¹⁸ Zenger 2011, S. 81.

¹⁹ Zenger 2011, S. 79.

²⁰ Franz Delitzsch: *Die Psalmen*, Nachdruck der fünften, überarbeiteten Auflage von 1894, Gießen 2005, S. 141.

chen! David fordert ihn ein, weil er daran glaubt oder zumindest darauf hofft, dass Gott ihm dieses Privileg schenken möchte. Er spricht bewusst von »seinem« Gott (»*mein Gott*«, Vers 4). Er bittet ihn, »seinen« Gott, an den er sich jetzt erst recht hält, um Zuwendung, um Aufhellung seiner Perspektive und um Rettung vor dem Tod, denn der Tod ist letztlich »das, worauf der Beter ohne Gottes Eingreifen unweigerlich zugeht.«²¹

David liefert Gott in Vers 5 sogar Argumente, warum er eingreifen soll. Er sagt: »Willst du deinen guten Ruf verlieren, Gott? Jeder weiß, dass ich mich an dich halte – wenn du mich hängenlässt, ist das für *dich* blamabel! Willst du das wirklich?!« Wenn der Psalm historisch auf die Kämpfe mit Saul oder Absalom bezogen ist, heißt das aus Davids Sicht: »Gott, du hast mich doch als König Israels berufen und salben lassen?! Dann zieh das bitte auch durch!« Hier »wird Gott bei seiner Ehre gepackt – das ist eine für alttestamentliches Beten typische Art, mit Gott umzugehen.«²²

Von dieser Direktheit und Konkretion können wir uns eine Scheibe abschneiden. Wir dürfen und sollen konkrete Wünsche äußern bei Gott. Gott freut sich, wenn wir *von ihm* Hilfe erwarten.

Ich bin handwerklich nicht sonderlich begabt. Einmal habe ich mich stundenlang mit einer Außenlampe an unserem Haus herumgequält; der Bewegungsmelder funktionierte nicht mehr. Bei meinem Reparaturversuch ist dann auch noch die Lötstelle einer Kabelverbindung abgebrochen. Ich habe dann nach langen erfolglosen Versuchen, den Schaden zu beheben, bei einem Nachbarn geklingelt, der im Gegensatz zu mir Spaß an technischen Herausforderungen hat. Er hatte mir schon mehrmals aus der Patsche geholfen. Ich sagte ihm also: »Hör mal, ich habe ein Problem. Meine Außenlampe ist kaputt. Ich muss da etwas löten und habe keinen LötKolben.« Seine Antwort: »Ja und? Was hab ich damit zu tun?« Er hatte Recht: Es reicht nicht, meine Situation zu schildern und darzulegen, wie es mir gerade geht. Ich muss meinen Nachbarn schon explizit einbeziehen: »Ich habe zwei linke Hände und ein Problem mit der Leuchte. Du hast doch einen LötKolben, kannst du mir bitte kurz helfen?«

Auch Gott möchte eine konkrete Bitte, einen Appell von uns hören. Er mischt sich nicht gerne ungefragt bei uns ein. Als Jesus in Jericho einen Blinden trifft, fragt er ihn: »*Was soll ich für dich tun?*« (Lk 18,41). Gott fragt uns auch heute: »Was habe *ich* mit deiner Situation zu tun?« Er freut sich, wenn wir *von ihm* Hilfe erwarten. Das heißt nämlich, er darf in unserem Leben wirken. Nichts tut er lieber als das!

Was für ein Thema ist gerade groß in deinem Leben, welche Fragen und Sorgen treiben dich um? Gott fragt dich: »Sag mal: wo darf ich ran? Wo brauchst du Hilfe? Wo brauchst du mich?«

Wir haben gesehen, dass David einerseits klar und deutlich Ich-Botschaften sendet, sich selbst offenbart, sein Innerstes nach außen kehrt. Andererseits appelliert er klar an Gott, er wünscht sich Gottes Eingreifen, er bezieht Gott ein. Im letzten Teil des Psalms macht David nun seine Gottesbeziehung aus ganz anderer Perspektive zum Thema.



21 Christoph Rösler: *Psalmen – Worte für das ganze Leben*, Gießen 2013, S. 21.

22 Schneider 1995, S. 106.



2.3 Lob

6 Doch ich verlasse mich auf deine Liebe, ich juble über deine Hilfe. Mit meinem Lied will ich dir danken, Herr, weil du so gut zu mir gewesen bist.

Der Psalm klingt auf einmal ganz anders?! David formuliert in seiner problematischen Lage ein knappes, aber gehaltvolles Gotteslob. Er drückt ausdrücklich Dank in Richtung Gott aus. Er macht sich wieder bewusst, dass er sich auf Gottes Liebe verlassen kann. Ist die Situation des Beters jetzt auf einmal wieder rundum gut? Gab es hier einen Stimmungsumschwung?

Entweder ist zwischen den Versen 5 und 6 eine Pause zu denken, in der die erhoffte Wendung tatsächlich eingetreten ist, sodass David nun mit zeitlichem Abstand einen dankbaren Rückblick formulieren kann. Oder – diese Variante halte ich für die wahrscheinlichste – der Beter formuliert bereits im Vorgriff auf Gottes Hilfe und im Rückblick auf bereits erlebte Wohltaten »den Text des Danklieds, das er nach geschehener Rettung singen wird – und das ihm bereits jetzt Kraft zur Hoffnung ist.«²³

Sein Klagen, Grübeln, Sorgen, sein Um-sich-selbst-Kreisen, all sein Bitten geht über in Lob und Dank. David bekräftigt seinen Entschluss, Gott zu vertrauen, unabhängig von einer Veränderung der Situation. Man merkt: Auch in dieser schwierigen Situation ist sein Grundvertrauen zu Gott immer noch stabil. Er hat im Vorfeld erlebt, wie gut Gott ist (»Mit meinem Lied will ich dir danken, Herr, weil du so gut zu mir gewesen bist«). David kramt in der Erinnerung: Welche gemeinsamen Erlebnisse verbinden ihn mit Gott? Welche Schwierigkeiten haben sie miteinander gemeistert? Er kann »auf früher investiertes Gottvertrauen zurückschöpfen«.²⁴

Und er schenkt Gott vor diesem Hintergrund »Lob auf Vorschuss«.²⁵ »Es geht dabei nicht nur um einen Vertrauensvorschuss, sondern um Vorschusslorbeeren«;²⁶ er sagt: Gott, »ich juble über deine Hilfe.« Das bedeutet: Der Liederdichter, der Beter weiß, dass die Antwort auf sein Gebet in Sicht ist. In dieser Erwartungshaltung kann er, die Rettung im Glauben gedanklich vorwegnehmend, bereits jetzt ein Lob- und Danklied anstimmen.

Ja, hier hat sich was geändert: Hier ist nicht unbedingt »die Verzweiflung [...] dem Vertrauen gewichen«,²⁷ das Grundvertrauen bestand die ganze Zeit. Sonst hätte er sich Gott nicht anvertraut. Aber hier ist eine weitere Komponente zur Klage und zur Bitte hinzugekommen: Hier spürt man dankbare innere Gewissheit, die zum Lob führt.

David hat eine andere Blickrichtung gewonnen: Er schaut nicht mehr (allein) auf sich, auf seine Probleme und seine Gefühlslage, auf seine Wünsche und Bitten, sondern auch auf Gott, auf dessen Größe – und seine Beziehung zu ihm. Die Folge: Er kann wieder voller Hoffnung in die Zukunft schauen! Er, der sich zu Beginn des Psalms noch weit weg von Gott wähnte, wird sich wieder seiner Gottesbeziehung bewusst. »Gott ist wieder da«;²⁸ bzw. der Beter wird sich Gottes Gegenwart wieder bewusst. Deswegen schließt der Psalm »mit zuversichtlichen, der Zukunft gewissen Worten«.²⁹

23 Zenger 2005, S. 38.

24 Weber 2001, S. 88.

25 Klaus Teschner: »... denn ich werde ihm noch danken« – Auslegungen zu sieben ausgewählten Psalmen, Neukirchen-Vluyn 2011, S. 9.

26 Teschner 2011, S. 8.

27 Donald Guthrie und J. Alec Motyer (Hrsg.): *Kommentar zur Bibel*, Wuppertal 2008, S. 551.

28 Weber 2001, S. 88.

29 Westermann 1984, S. 56.

3. Eine ausgewogene Gebetsmischung

Manche Ausleger verstehen den Psalm als Weg: Hier »tut sich dem (Nach-)Beter der Weg von der Klage über die Bitte zum Lob auf.«³⁰ Manche sehen in Psalm 13 eine »Wandlung« beschrieben: »Am Schluss ist etwas anders geworden; der Beter steht bei den letzten Worten nicht mehr da, wo er bei den ersten Worten stand.«³¹ Helmut Lamparter schreibt: »Der Psalm zeigt die verwandelnde Kraft des Gebets, wenn es ernstlich ist: Mit Seufzen beginnt es und endet mit Singen.«³²

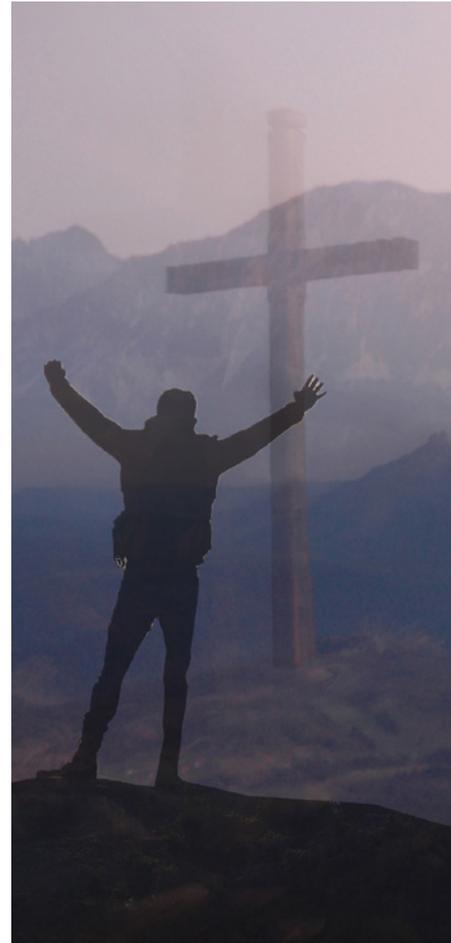
Ist David sozusagen erst »zu Tode betrübt, dann himmelhoch jauchzend«?! Ist die Klage als verbesserungsbedürftiger Startpunkt, die Bitte als Übergangsphase und das Lob als letztlches Ziel anzusehen? Stellt die Anbetung das höchste Niveau des Betens dar?

Nein! Hier in Psalm 13 ist, denke ich, kein Entwicklungsprozess, kein plötzlicher Umschwung beschrieben, sondern eine Parallelität verschiedener Empfindungen. Das Lob löst Klage und Bitte doch nicht ab, sondern ergänzt und erweitert die beiden vorigen Perspektiven. Klage, Bitte und Lob stehen nebeneinander. Alle drei Perspektiven dieser Gebetsmischung bezieht David auf seine konkrete Situation. Aus seinen Problemen heraus, die er klagend vor Gott legt und wegen derer er Gott um sein Eingreifen bittet, lobt David Gott.

Wir können uns das vorstellen wie den Gesang von Paulus und Silas im Gefängnis (Apg 16,23–40). Die beiden haben auch nicht gesagt: »Gott, hol uns raus aus dem Gefängnis, *dann* singen wir dir zur Belohnung auch ein Loblied!« Nein, *in* ihrer problematischen Lage, im Gefängnis, fangen Paulus und Silas um Mitternacht an, Gott zu loben. Und dann erst bzw. dadurch kommt im wahrsten Sinn des Wortes Bewegung in die Sache, ein Erdbeben tritt auf und die Ketten fallen ihnen von Händen und Füßen.

Das ist eine schöne Illustration dafür, warum in unserer Gebetsmischung eine Portion Lob und Dank immer dazugehören sollte. Kommt die Beziehungsebene Richtung Gott mit ins Spiel, bringt das oft auch bei uns, in unserer Notsituation, Bewegung in die Sache. Das Einbringen dieser Perspektive kann bei uns das gedankliche Gefängnis, in dem wir uns gefangen fühlen, aufbrechen. Lob lockert das, was uns festgefahren erscheint, löst uns von dem, was uns niederdrückt und einengt – warum? Weil Lob und Dank unseren Blick auf Gottes Größe, auf seine liebende Art, auf unsere Beziehung zu ihm lenkt. Wer im Lob Gottes Größe neu entdeckt, dem wird (neu) bewusst: »Ich habe das Privileg, mit diesem großen Gott in Beziehung zu stehen!«

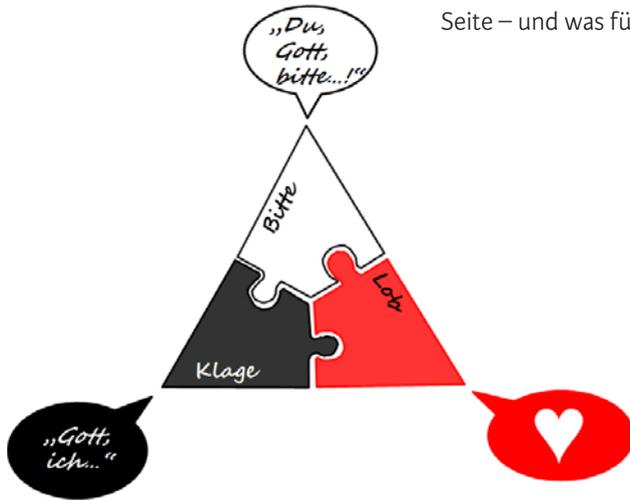
Manchmal müssen wir in Gemeindeleitungssitzungen schwere Themen behandeln, große Probleme hin- und herwälzen. Meist bringen wir unsere Betroffenheit, Ratlosigkeit oder Traurigkeit in einer Gebetsgemeinschaft vor Gott. Einer verleiht dann der Gefühlslage Ausdruck. Andere formulieren die Bitte um Gottes Eingreifen. Aber dann sprudelt aus einem Dank Richtung Gott heraus, er lobt ihn und beschreibt seine Herrlichkeit – und es kommt mir dann manchmal vor, als habe jemand gerade ein Fenster geöffnet. Licht kommt herein, man hat eine neue



30 Weber 2001, S. 89.

31 Westermann 1984, S. 56.

32 Helmut Lamparter: *Das Buch der Psalmen I. Psalm 1–72*, Stuttgart 1958, S. 77.



Perspektive auf die Situation. Die Situation hat sich gar nicht geändert – aber wir nehmen sie anders wahr. Denn wir haben Gott auf unserer Seite – und was für einen Gott!

David deckt in diesem Psalm 13, in diesem kurzen Gebet, drei ganz unterschiedliche Aspekte ab: Klage, Bitte und Lob. Die drei Herangehensweisen liegen dicht beieinander. Klage ist mit dem Lob verklammert, die Bitte mit der Klage, das Lob mit der Bitte. Diese drei Ansätze ergänzen sich komplementär, regen sich im Gebet gegenseitig an. Damit hat David uns ein Beispiel für eine ausgewogene, gesunde Gebetsmischung hinterlassen. David kombiniert diese drei Schwerpunkte, damit betrachtet er seine Lage aus drei verschiedenen Perspektiven.

Wir sind, glaube ich, oft sehr einseitig im Gebet – wir lösen einzelne Elemente aus der Gebetsmischung heraus. Damit haben wir eine eingeschränkte, einseitige Perspektive.

Kämpfen wir mit besonderen Herausforderungen, schildern wir Gott gerne, wie es uns geht (betonen also stark die Klage/Situationsbeschreibung). Wir kommen dann in aller Regel nicht so schnell auf die Idee, in unserer Situation Gott auch zu loben. Aus Psalm 13 können wir mitnehmen: Wer immer nur um seine Situation kreist, verliert leicht das Positive aus dem Blick – das Gute, das man schon erlebt und erfahren hat, das Geschenk der engen Gottesbeziehung, Gottes Größe – und seine Bereitschaft, sich für uns einzusetzen. Lob öffnet uns eine Perspektive, die uns dankbar und hoffnungsvoll stimmen kann.

Manche überreichen im Gebet Gott am laufenden Band Wunschzettel, konzentrieren sich also stark auf das Bitten. Sie verlieren dabei leicht Gottes Größe und Anbetungswürdigkeit aus dem Auge. Da hilft es, nicht nur eigene Wünsche im Blick zu haben, sondern sich im Lob bewusst zu machen, mit wem man es da eigentlich zu tun hat. Daraus ergeben sich leicht Fragen: Was ist ihm eigentlich wichtig? Worauf legt er Wert? Es weitet die Perspektive, Gottes Art in den Blick zu nehmen. Vielleicht hat er ja auch einmal einen Wunsch an uns ...

Christen, die dauernd auf der Lobpreis-Welle schwimmen, die Beziehungsebene richtig intensiv ausleben, können Gott ausgiebig anbeten, danken und loben. Ja, Lob ist ein wichtiger Baustein in einer guten Gebetsmischung. Aber es wäre falsch, zu denken, die Beziehungsebene sei der größte, »heiligste« und wichtigste Baustein des Gebets. Wer Gott immer nur lobt, ihn aber nicht mit ganz irdischen Angelegenheiten in Verbindung bringt, kann unter Umständen völlig die Bodenhaftung verlieren. Manche sonntags emotional überaus beteiligten Christen würde ich manchmal zu gerne fragen, ob sie am Sonntag den Alltag ausblenden wollen – und was denn der sonntags (zu Recht) hochgelobte Gott montags bis samstags konkret mit ihrem Leben zu tun hat ...

Es ist wichtig, Gott unser Leben live zu »klagen« (im Sinne von: ihn

»auf dem Laufenden zu halten«, sich mit Gott auszutauschen). Es ist wichtig, den Herrn der ganzen Welt über Bitten, über Appelle in den Alltag einzubeziehen. Der Schöpfer des Universums will den Weg in dein kleines Leben finden. Im konkreten Handeln Gottes wird seine Größe und Herrlichkeit erst richtig konkret und sichtbar!

Was soll Gott konkret in deinem Leben tun? Was erbittest du denn von ihm? Wenn du momentan selber keinen besonderen Bedarf hast, probiere es mit der *Fürbitte*, also mit dem Bitten stellvertretend für andere (vgl. Röm 12,15). Robert Spaemann sagt zu Recht: »Der Beter ist ja nie nur Privatperson« und kann insofern auch »abgelöst von seiner privaten Situation« mit Blick auf andere den Psalm beten.³³

Ich glaube, dass es uns gut tut, bewusst alle drei Schwerpunkte ausbalanciert im Blick zu halten. Erst alle drei Komponenten zusammen ergeben eine gute und ausgewogene Gebetsmischung. In unserer Beziehung zu Gott ist es – um den Vergleich von eben noch einmal aufzugreifen – wie mit einer guten Ehe: Wer dauernd nur von sich redet, nimmt sein Gegenüber nicht richtig wahr. Aber wer nichts von sich preisgibt, wird nicht greifbar. Wer am laufenden Band nur Wünsche äußert, lebt ziemlich egozentrisch. Aber wer in einer Beziehung nie eigene Wünsche und Vorstellungen thematisiert, bringt sich als Person nicht wirklich ein. Wer seinen Partner nie mit Komplimenten beglückt, setzt sich dem Verdacht aus, dass er die Vorzüge des anderen gar nicht zu würdigen weiß. Aber wer in einer Paarbeziehung immer nur Komplimente verteilt, jedoch keinen Einblick in die eigene Gedankenwelt eröffnet, nie erzählt, was ihn bewegt, bedrückt oder beglückt, dessen Komplimente werden irgendwann unglaubwürdig, weil dem inflationär eingesetzten Lob die Verweigerung gegenübersteht, das Leben voll und ganz mit Höhen und Tiefen mit dem Partner zu teilen und so Zusammenhalt zu erfahren.

Probier das doch einmal in der nächsten Zeit aus, eine gesunde Gebetsmischung im Blick zu halten. Versuch etwa einmal, testweise einen ganz anderen Schwerpunkt als den üblichen umzusetzen. Versuch einmal, eine Woche lang bewusst den einen Schwerpunkt nach vorne zu rücken, der dir bisher nicht so lag, der bislang eher untergegangen war. Bleib nicht stehen bei der Perspektive, die du gewohnheitsmäßig einnimmst. Gewöhne es dir an, deine Lebenssituation generell aus allen drei Perspektiven zu betrachten:

- **Klage:** Rede mit Gott offen darüber, was dich bewegt. Lass deine Sicht, dein Empfinden ungeschminkt heraus! Verknüpf dein Glaubensleben eng mit deinem Alltagsleben!
- **Bitte:** Mach Gott gegenüber deutlich, wo du Handlungs- und Veränderungsbedarf siehst! Wo wünschst du dir Gottes Handeln? Sag es ihm!
- **Lob:** Erinnere dich immer wieder an das Privileg, dass der große und liebende Gott mir dir zu tun haben will! Danke ihm für all das bereits Erlebte und Erfahrene! Genieße und feiere die Beziehungsebene!

Ulrich Müller



³³ Spaemann 2014, S. 99.