

Mit den Psalmen beten

Dunkle Wolken färben den Horizont schwarz. Die Lichter des Himmels verdunkeln sich, Marvins Seele wirkt betrübt, betäubt und betroffen. Schwermut breitet sich in seinem Körper aus. Angst bahnt sich ihren Weg vom Herzen in den Kopf und malt die schaurigsten Bilder vor seinem geistigen Auge. Plötzlich schießen ihm vier Ziffern durch den Kopf: 5015. Aus welchem Zusammenhang sind ihm diese vier Zahlen vertraut?

Trotz Versagen nicht verzagen

König David ist den meisten Bibellesern bekannt. Er lebte in der Zeit von etwa 1000 bis 961 v. Chr. und war der König Israels nach dem Willen Gottes. Doch nicht nur seine politischen, militärischen und wirtschaftlichen Erfolge sind beachtlich; vielmehr kennen wir ihn als Mann, der nach dem Herzen Gottes lebte. Obwohl er versagte, verzagte er nicht. Warum? Die Antwort finden wir u. a. in den 73 Psalmen, die aus seiner Feder stammen. Er lebte das, was Ole Hallesby wie folgt beschreibt: »Beten bedeutet, Jesus in unsere Not einzulassen.«¹ Doch nicht nur in den dunklen Momenten unseres Lebens gilt es, den direkten Draht zu Gott zu nutzen. Die Notrufnummer Gottes ist 24/7 wählbar, denn sie lautet: »Rufe zu mir in Tagen der Not. Dann werde ich dich

retten, und du wirst mich preisen« (Ps 50,15 NGÜ).

Das biblische Gebetbuch

Vielen von uns sind die Psalmen sicherlich als Trostworte bekannt. Gerade wenn die dunklen Schatten des Alltags, die Sorgen der Nächte oder Existenzängste uns vereinnahmen, finden wir Gottes Zuspruch im Gebetbuch der Bibel, den Psalmen. Doch wie kann man »die Schatzkammer Davids«, wie Spurgeon seinen Psalmenkommentar² in fünf Bänden nannte, für sich nutzen? Einen Weg, um mit den Psalmen zu beten, beschreibt Dietrich Bonhoeffer wie folgt: »Frage dich zuerst, wie Jesus die Psalmen gebetet hat, und dann, was es theologisch für mich heute heißt, die Psalmen als Christ im Glauben an Jesus Christus zu beten.«³

Jesus und die Psalmen

In seinen dunkelsten Stunden nutzte Jesus das biblische Gebetbuch. Bonhoeffer hält ausdrücklich fest, dass Jesus mit Worten der Psalmen auf den Lippen am Kreuz gestorben ist. »Darum können wir gewiss sein, dass wir die Psalmen im Glauben nie allein, sondern immer zusammen mit Jesus Christus beten«, meint Peter Zimmerling.⁴

Der evangelische Theologe Bonhoeffer möchte uns neu klarmachen, dass der Psalter genau wie das Vaterunser für Christen und damit für die Gemeinde Jesu eine zuverlässige und authentische Gebetsschule darstellt. Wenn uns die dunklen Schatten einfangen oder die Strudel des Glücks voranbringen, ist es Gottes Wort, das unser Wegbegleiter sein soll. Das Eintreten für den Psalter als Mittel evangelischer Spiritualität ist für

den Theologen inhaltlich begründet. Bonhoeffer ist überzeugt, dass seine Neuentdeckung für den Gottesdienst der Gemeinde Jesu und den persönlichen Glaubensalltag sowohl der Kirche als auch dem einzelnen Christen helfen wird, ungeahnte geistliche Kräfte zu gewinnen. Dies liegt daran, dass die Psalmen als Gebetsschule genutzt werden können, weil sie

- inhaltlich auf die sieben Bitten des Vaterunsers aufgeteilt werden können,
- alles zur Sprache bringen, was den Beter bewegt, und
- eine wunderbare Anleitung für ehrliches Beten bieten.

Gottes Gebetsbeistand

Und ist es nicht oft so, dass wir nicht genau wissen, wie wir beten sollen? Wie gut ist es, wenn uns der Heilige Geist dann zum Gebetbuch der Bibel greifen lässt, denn: *»Der Helfer, der Heilige Geist, den der Vater in meinem Namen senden wird, wird euch alles [Weitere] lehren und euch an alles erinnern, was ich euch gesagt habe«* (Joh 14,26 NGÜ). Vor diesem Hintergrund wird uns die Aussage aus Joh 4,23 noch tiefer ins Gebet treiben: *»Aber die Zeit kommt, ja sie ist schon da, wo Menschen Gott als den Vater anbeten werden, Menschen, die vom Geist erfüllt sind und die Wahrheit erkannt haben.«* Wie ermutigend ist diese biblische Wahrheit und wie befreiend Gottes Fürsorge für uns: *»Und auch der Geist [Gottes] tritt mit Flehen und Seufzen für uns ein; er bringt das zum Ausdruck, was wir mit unseren Worten nicht sagen können. Auf diese Weise kommt er uns in unserer Schwachheit zu Hilfe, weil wir ja gar nicht wissen, wie wir beten sollen, um*

richtig zu beten« (Röm 8,26 NGÜ). Mit anderen Worten: Es kommt nicht auf meine Gebetsausdauer, meine Gebetspraxis oder meine Gebetsform an. Vielmehr sind die Psalmen Worte Gottes, die genau das erfüllen, was der Vater im Himmel von den Seinen erwartet: Anbetung.

Vertikale Beziehungspflege

Beim Lesen der Psalmen fällt auf, welche Ehrlichkeit die Autoren zum Ausdruck brachten. Neben Wehklagen, Rachedgedanken und Lobgesängen gibt es nichts, was auch wir nicht aus unserem täglichen Glaubensleben kennen. Doch oft blicken unsere Gebete auf die horizontale Beziehungsebene, oder vielfach wird auch nur der subjektive Wirkungskreis im Gebet vor Gott gebracht. Und genau hier setzen die Psalmen an. Sie nehmen uns mit hinein in den Schmerz, die Freude und das Gotteslob. Von sich aus kann keiner von uns genau wissen, worum er Gott bitten und wofür er ihm danken kann. Natürlich gibt es die irdischen Aspekte wie Gesundheit, Gehalt und Gemeinschaft. Doch allein durch die Worte der Bibel kommt die vertikale Ebene auf mein Radar. Gottes Wort berührt mein Herz und bringt das in mir zum Klingen, was der Geist Gottes bewirken möchte. Nicht ich, sondern er. Und so erhalten wir beim Beten der göttlichen Worte die Gewissheit und Zuversicht, dass Gott unser Gebet erhören wird. *»Die Psalmen bringen die Angst und den Schmerz in einen Dialog, und zwar in den Dialog mit Gott.«*⁵

Sprachhilfe des Glaubens

Das Gebetbuch der Bibel – die Psalmen – ist ein Sprachhelfer des Glaubens, der die Finsternis der Sorgen, Ängste und Nöte zu durchbrechen weiß, weil der Zugang zu Gott durch das göttliche Wort hergestellt wird. *»Nur das, wofür ich Sprache habe, kann mir zur Erfahrung werden.«*⁶ Und so ist es Gott selbst, der uns in Jesus Christus begegnet, der als wahrer Mensch und wahrer Gott mit den Psalmen betete. *»Wollen wir mit Gewissheit und Freude beten, so wird das Wort der Heiligen Schrift der feste Grund unseres Gebets sein müssen.«*⁷

Langsam lichtet sich das Grau des Tages und die Sonne kommt zum Vorschein. Sie durchbricht die Wolkendecke und mit ihr kommt auch die Hoffnung auf Besserung in Marvins Herzens- und Gemütszustand zurück. Er schlägt das kleine Büchlein auf, das er in der Innenseite seiner Tasche trägt, und blättert zu Ps 50,15. Leise beginnt er die Worte zu beten und sie dabei mitzusprechen.

Henrik Mohn

- 1 Ole Hallesby: *Vom Beten. Eine kleine Schule des Gebets*, Holzgerlingen (SCM R. Brockhaus) ⁴²2015, S. 104.
- 2 Charles Haddon Spurgeon: *Die Schatzkammer Davids*, Bielefeld (CLV) 2018.
- 3 Dietrich Bonhoeffer: *Die Psalmen. Das Gebetbuch der Bibel*, Gießen (Brunnen) ²⁹2019.
- 4 In: Bonhoeffer, S. 11.
- 5 Bonhoeffer, S. 19.
- 6 Ebd., S. 20.
- 7 Ebd., S. 25.