

Psalm 103, 1 - 4: „Vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat“

„Eines schönen Morgens glitt vom hohen Baum am festen Faden die Spinne herab. Unten im Gebüsch baute sie ihr Netz, das sie im Laufe des Tages immer großartiger entwickelte und mit dem sie reiche Beute fing.

Als es Abend geworden war, lief sie ihr Netz noch einmal ab, um es auszubessern. Da entdeckte sie auch wieder den Faden nach oben, an dem sie heruntergestiegen war. Sie hatte ihn in ihrer betriebsamen Geschäftigkeit ganz vergessen. Da sie schlecht gelaunt war und auch nicht mehr wusste, wozu er diene, hielt sie ihn für überflüssig und biss ihn kurzerhand ab.

Sofort fiel das Netz mit ihr in die Tiefe, wickelte sich um sie wie ein nasser Lappen und erstickte sie.“

© Willi Hoffsümmmer, Kurzgeschichten, Band 1, Matthias-Grünwald-Verlag, Mainz 1993¹⁴, Nr. 180

Was hilft gegen Vergesslichkeit?

Ein Knoten im Taschentuch, Buer Lecithin oder regelmäßiges Gedächtnistraining, z. B. mit Kreuzworträtseln?

Jede und jeder von uns kann sicherlich die eine oder andere Geschichte erzählen, wo er schon einmal etwas vergessen hat.

Sie wollen sich auf den Weg machen, haben aber keine Idee, wo Sie Ihren Schlüssel abgelegt haben. Sie stehen an der Kasse im Supermarkt, wollen beim Bezahlen ihre PIN eingeben und kommen einfach nicht mehr auf die Zahlen.

Was hilft gegen Vergesslichkeit?

Für die Juden sind es ihre Feiertage. „Des Juden Katechismus ist sein Kalender“ hat der deutsche Rabbiner Samson Raphael Hirsch (1808 - 1888) gesagt. Er meint damit, dass die Feiertage des jüdischen Jahres die Juden immer wieder an die besonderen Lehrinhalte erinnern. Sie sind wie ein Knoten im Taschentuch gegen das Vergessen.

Auch unsere jährlich wiederkehrenden kirchlichen Feiertage erinnern uns immer wieder an die großen Heilstaten Gottes: Weihnachten – Karfreitag – Ostern – Himmelfahrt und Pfingsten.

David nimmt uns im 103. Psalm mit in seine Erinnerungskultur gegen die Vergesslichkeit, Psalm 103, Vers 1 bis 4 (LU17): *Von David. 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: der dir alle deine Sünde vergibt und heilet alle deine Gebrechen, der dein Leben vom Verderben erlöst, der dich krönet mit Gnade und Barmherzigkeit.*

David lässt uns in diesem Psalm teilhaben an einem Selbstgespräch: *Lobe den HERRN, meine Seele.* Das ist schon erstaunlich. Anders als der reiche Kornbauer aus Lukas 12, der in seinem Selbstgespräch sich selbst auf die Schultern klopft und gedanklich seine Zukunft durchspielt, konzentriert sich David auf den lebendigen Gott. *Lobe den HERRN, meine Seele.*

Das Wort „Seele“ (נֶפֶשׁ – *nephesch*) ist eine sehr ungenaue Übersetzung des hebräischen „Nephesch“. Dieser zentrale Begriff hat in der deutschen Sprache keine Entsprechung. Die Grundbedeutung ist „Atem“ als Inbegriff und Äußerung von Leben, also „Lebensodem“. Eigentlich bezeichnet „Nephesch“ die menschliche Kehle. Nach dem biblischen Zeugnis hat der Mensch keine Seele. Der Mensch ist eine Seele. 1. Mose 2, Vers 7 (BB): *Da formte Gott der HERR den Menschen aus Staub vom Erdboden. Er blies ihm den Lebensatem in die Nase, und so wurde der Mensch ein lebendiges Wesen (=„Nephesch“).* Man kann „Nephesch“ deshalb auch mit „Vitalität, sprudelnde Lebensenergie und Leidenschaftlichkeit“ umschreiben.

Die Gute Nachricht übersetzt: *Auf, mein Herz, preise den HERRN!* Und die Hoffnung für alle: *Ich will den HERRN loben von ganzem Herzen.* Die Bibel in gerechter Sprache spricht von „Lebenskraft“.

Da es im Deutschen keine wirkliche Entsprechung gibt, ist es schwer eine passende Formulierung zu finden. *Lobe den HERRN, meine Seele, mein Herz, meine Lebenskraft.*

Lobe den HERRN, meine Seele, und was in mir ist, seinen heiligen Namen! Der „heilige Name“, den David hier in den Blick nimmt, ist zugleich der persönlichste Name Gottes, der mit 6.828 Nennungen in der hebräischen Bibel, der am häufigsten verwendete Eigenname Gottes ist. Elfmal wird dieser Gottesname „Jahwe“ auch im 103. Psalm gebraucht, der in der Lutherbibel immer mit HERR wiedergegeben wird. Dabei geht es aber um mehr. Mit diesem Namen stellte sich Gott Mose vor und erklärte ihm seinen Namen mit dem Satz: *Ich bin, der ich bin* (2. Mose 3,14). Mit seinen sieben „Ich-bin-Worten“ wird sich Jesus später als Gott zu erkennen geben und damit unausgesprochen als Jahwe vorstellen, als der mit uns seiende Gott.

Diesen Gott will David mit seiner ganzen Person loben. Sicherlich dürfen wir dabei durchaus an das gesungene Lob Gottes denken. So ist es in diesem Dankgottesdienst für die 20 Jahre als Gemeinde in unserem Haus ja auch bereits mehrfach angeklungen. Aber es geht um mehr als nur um das gesungene Loblied. Unser ganzes Sein kann und ist ein Lob Gottes.

Der Schweizer evangelische Theologe Karl Barth (1886 -1968) hat in seiner Predigt über diesen Psalm 1943 gesagt: „Du bist ein Werk Gottes. Indem er dir so viel Gutes getan hat, hat er dich geschaffen. Und nun besteht deine Aufgabe ganz schlicht darin, dass du der bist, als der du von ihm geschaffen, von ihm begabt worden bist.“

letzter Zugriff 8.9.2023: [barth-predigt-ueber-psalm-1031-4-1943.pdf \(wordpress.com\)](https://www.wordpress.com/barth-predigt-ueber-psalm-1031-4-1943.pdf)

Ähnlich formuliert es Paulus in seinem Brief an die Epheser 1, Vers 12a (HfA): *Jetzt sollen wir mit unserem Leben Gottes Herrlichkeit für alle sichtbar machen* und vielleicht noch deutlicher nach Luther: *damit wir zum Lob seiner Herrlichkeit leben.*

Lobe den HERRN, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat.

Was hilft gegen die Vergesslichkeit? Sich erinnern! Deshalb führen manche ein Tagebuch und blättern auch immer mal wieder in alten Eintragungen. Deshalb erstellen Gemeinden in

regelmäßiger Unregelmäßigkeit Festschriften, in denen die wesentlichen Gemeindeereignisse festgehalten werden. In der Festschrift zum 125jährigen Bestehen der Iserlohner Gemeinde von Friedhelm Leppert vom September 2016 fand ich einerseits den Eintrag vom Februar 2002, in dem es hieß: „Im Februar kommt es zu großen Unstimmigkeiten in der Gemeinde. Viele Personen der jüngeren und mittleren Generation möchten radikale Veränderungen im Gemeindeleben. Das führt zu harten Spannungen und einer großen Austrittswelle in den folgenden Monaten. ... Erst gegen Ende des Jahres tritt wieder Ruhe ein. Die Mitgliederzahl ist allerdings stark geschrumpft. Aber es geht mit Gottes Hilfe wieder aufwärts.“

Der für mich überraschende nächste Eintrag ist auf den 19. März 2003 datiert: „Die Gemeinde erhält den Zuschlag bei der Versteigerung des Gebäudes Barendorfer Bruch 7 für 1,1 Millionen Euro.“

Was für eine Achterbahnfahrt: Im Februar 2002 so etwas wie ein Absturz und ein Jahr später dieser mutige Schritt, mit dem Erwerb dieses Hauses nach vorne zu gehen.

Lobe den HERRN, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat.

Deshalb feiern wir diesen Dankgottesdienst für 20 Jahre FeG in Barendorf. Es ist ja auch und vor allem die Geschichte der Güte Gottes mit uns als Gemeinde. Es ist die Geschichte der vielen kleinen und größeren Wunder, des Durchtragens und Aufhelfens. Sicher, war auch in diesen 20 Jahren nicht alles einfach, manches sogar äußerst schwierig. Wahrscheinlich war das eine oder andere auch richtig ärgerlich. Aber trotzdem und dennoch: *Lobe den HERRN, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat.*

In den nächsten Versen beschreibt David konkret die Güte Gottes und listet stichwortartig auf, was er als Gutes erlebt hat:

- *der dir alle deine Sünde vergibt*
- *der heilet alle deine Gebrechen*
- *der dein Leben vom Verderben erlöst*
- *der dich krönt mit Gnade und Barmherzigkeit.*

Vergebung, Heilung, Erlösung und Krönung. Große – aber lebensnotwendige und hoffnungsvolle Worte.

Ja, auch in den letzten 20 Jahren gab es einiges zu vergeben. Da gab es Missverständnisse, Auseinandersetzungen, Streit, Enttäuschungen, Verletzungen und dergleichen mehr. Dies festzuhalten und einander vorzuhalten, macht bitter und letztlich krank. Vergebung ist der Weg in die Freiheit, den Gott uns anbietet. Das Geschenk der Vergebung unserer Schuld verdanken wir Jesus und seinem Kreuzgang. Bei David klingt das hier fast prophetisch – wie ein unausgesprochener Ausblick auf Karfreitag und Ostern.

Nochmals Karl Barth in seiner Predigt: „Vergiss nicht, dass du ein Sünder bist, aber vergiss auch nicht, dass Jesus Christus für dich eingetreten ist. Vergiss nicht, ganz demütig, vergiss aber auch

nicht, ganz fröhlich und getrost zu sein. Du darfst Gott frei in die Augen schauen. Nicht um dessentwillen, was du ihm zu bringen und zu zeigen hast, aber um dessentwillen, was Jesus Christus für dich getan hat.“

letzter Zugriff 8.9.2023: [barth-predigt-ueber-psalm-1031-4-1943.pdf \(wordpress.com\)](#)

Lobe den HERRN, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat, und heilet alle deine Gebrechen.

Das ist schon ein starker Satz, den man so nicht einfach stehen lassen kann. Von „Gebrechen“ kann sicherlich jede und jeder von uns berichten. Von körperlichen und seelischen Gebrechen. Aber von Heilung?

Da sieht es doch eher mau aus, oder? Manchmal haben wir Gottes Eingreifen erlebt und erfahren. Aber so: *und heilet alle deine Gebrechen?*

Karl Barth verweist an dieser Stelle auf den leidenden Christus und auf Jesaja 53, Vers 5 (LU17): *Durch seine Wunden wir geheilt.*

Punktuell dürfen wir so manches Mal tatsächlich die „Heilung von Gebrechen“ erleben – immer als ein unverfügbares Geschenk Gottes, nicht machbar und schon gar nicht von uns einzufordern. Andererseits erklingt in diesem 3. Vers die Musik der Zukunft schon an, Offenbarung 21, Vers 4 (LU17): *und Gott wird abwischen alle Tränen von ihren Augen, und der Tod wird nicht mehr sein, noch Leid noch Geschrei noch Schmerz wird mehr sein; denn das Erste ist vergangen.*

In der neuen Welt Gottes brauchen wir weder ein Hörgerät noch eine Brille oder gar ein Gebiss. Wir werden es erleben: Er heilt uns von allen Gebrechen. In Gottes neuer Welt werden uns weder Kopfschmerzen noch Depressionen plagen. Dort werden wir vollständig geheilt sein.

Meines Erachtens gehört aber auch der Eintrag des Chronisten vom Februar 2013 hierhin: „Einsegnungsgottesdienst für die leitenden Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter vom Pflegedienst Bethanien in unserem Haus.“

© Friedhelm Leppert, 125 Jahre Freie evangelische Gemeinde Iserlohn September 2016

Deshalb wollen wir ja auch gemeinsam am 1. Oktober ein etwas größeres Open-Air-Event durchführen, um unserer 20 Jahre und der 10 Jahre Bethanien in unserem Haus zu gedenken.

Auch durch die Mitarbeitenden von Bethanien entsteht nicht automatisch Heilung, aber Linderung, manchmal Besserung und Begleitung auf der letzten Wegstecke.

Es stimmt: *Durch seine Wunden wir geheilt.*

Lobe den HERRN, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat, der dein Leben vom Verderben erlöst.

Dazu nochmals Karl Barth: „Das Verderben ist der Tod, der Untergang, die Vernichtung. Wir alle gehen dem Tod entgegen. Wir denken unwillkürlich an die Unzähligen unserer Mitmenschen, die jetzt sozusagen Tag und Nacht unmittelbar vom Tode bedroht sind. Aber wir wollen uns nicht täuschen: der Unterschied zwischen ihnen und uns ist nicht allzu groß. Wir alle werden älter, und

Älterwerden heißt: dem Tod entgegenreifen. Man fasst heutzutage das Sterben als einen Vorgang auf, der schon unmittelbar nach der Geburt des Kindes beginnt. Irgendwo wächst jetzt schon das Holz heran, aus dem man einmal deinen Sarg machen wird, und irgendwo ist ein Stück grüner Erde, und das wird einmal aufgeworfen werden, um dein Grab zu sein. Und irgendeinmal wird die Stunde kommen, da werden deine Freunde und deine Verwandten dorthin ziehen, und du wirst auch dabei sein, aber dich wird man tragen oder fahren, und du wirst eine rätselhafte, leblose Masse, eine Leiche sein. Und irgendeinmal wird der letzte Mensch gestorben sein, der dich noch gekannt und noch von dir gewusst hat. Was wird dann mit dir sein? Das ist der Tod. Das ist genau genommen das Einzige, was wir von ihm wissen: dass er unser Ende ist und dass dieses Ende einmal kommt. ...

Vergiss nicht, dass du sterben und zu Staub und Asche werden musst. Vergiss aber noch viel weniger, dass Jesus Christus von den Toten auferstanden ist. Fürchte dich nicht! Lebe nicht dem, was verderben muss, sondern freue dich deiner Errettung aus dem Verderben!“

letzter Zugriff 8.9.2023: [barth-predigt-ueber-psalm-1031-4-1943.pdf \(wordpress.com\)](#)

Das hört sich schon echt krass an, was Karl Barth – 1943 – seinen Zuhörern zumutete. Aber er hat ja recht. Der Tod ist unausweichlich. Oder wie es Mahatma Gandhi formulierte: „Heute ist der erste Tag vom Rest deines Lebens.“

Lobe den HERRN, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat, der dein Leben vom Verderben erlöst. Der Tod hat seit Ostern seinen Schrecken verloren. Der Tod hat seit Ostern nicht mehr das letzte Wort. Wir sind durch Christus zum Leben bestimmt und befreit. Unser Leben ist tatsächlich vom Verderben erlöst. Uns wurde die Ewigkeit geschenkt.

Lobe den HERRN, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat, der dich krönt mit Gnade und Barmherzigkeit.

Mittlerweile habe ich schon dutzende Karten, Tassen und T-Shirts damit bedruckt gesehen: „Hinfallen – Aufstehen - Krone richten – weitergehen“.

Als wenn das so einfach wäre und vor allen Dingen auch immer so auf Anhieb gelingt. Nicht jeder, der hinfällt, kann auch allein wieder aufstehen. Mancher Sturz bedeutet eine längere Auszeit und unter Umständen sogar den mehrwöchigen Aufenthalt im Krankenhaus. Und das „Krone richten“ sollten wir sowieso besser Gott überlassen, wenn es uns am Ende nicht so wie dem reichen Kornbauern aus Lukas 12 ergehen soll.

Nochmals Karl Barth: „Mit Gnade und Barmherzigkeit will er dich krönen. Das ist das Gute, das er dir getan, schon getan hat. Denn als Jesus Christus, derselbe, der unsere Sünde getragen und unsere Gebrechlichkeit an sich genommen hat, auferstand von den Toten, auffuhr gen Himmel und sich zur Rechten Gottes des Vaters setzte unter dem Jauchzen von tausend und tausend Engeln, siehe, da wurdest auch du, lange bevor du da warst, gekrönt. Indem er ihm dort den Namen gegeben hat, der über alle Namen ist, ist auch dein Name eingeschrieben worden in das

Buch des Lebens, bist du geehrt und verherrlicht worden, aufgenommen in die Schar der Kinder Gottes, die seine Brüder und Schwestern sind, so dass dein ganzes Dasein nichts Anderes mehr sein kann als ein Entdecken dessen, was dort geschehen ist.“

letzter Zugriff 8.9.2023: [barth-predigt-ueber-psalm-1031-4-1943.pdf \(wordpress.com\)](#)

Lobe den HERRN, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat, der dich krönet mit Gnade und Barmherzigkeit. Zu meinem 52. Geburtstag schickte mir jemand eine Karte mit dem Satz: „Hiermit verleihe ich dir die Königswürde.“ Im weiteren Text geht es um das, was auch Karl Barth so plastisch beschrieben hat und was Jesus für uns getan hat. Wir sind von Gott angenommen und geliebt. Der letzte Satz auf dieser Karte lautet: „Diene an deinem Platz in der Gewissheit deiner Königswürde. Ich selbst stehe zu dir und habe dir die Krone aufgesetzt und ich habe dich unendlich lieb. Der König aller Könige.“

letzter Zugriff 9.9.2023: [Hiermit verleihe ich dir | Postkarten von Kawohl](#)

Wir haben tatsächlich gekrönte Häupter, gekrönt mit Gnade und Barmherzigkeit – Ausdruck des Wesens und der Liebe Gottes. Das sollten wir tatsächlich niemals vergessen. Ansonsten kann es uns so ergehen wie der Spinne am Anfang. Wir beißen uns den Faden ab, von dem wir leben. Amen.