

Gebet

Gott,
nur bei dir,
nur in deiner Nähe
wird meine Seele still,
kommt meine Seele zur Ruhe.

Gott,
nur bei dir
finde ich Hilfe;
du allein
bist meine Rettung.

Darum schaue ich auf dich und warte auf dein Handeln.
Ich richte mich aus nach dir und hoffe auf dein Heil.
Ja, du bist meine Hoffnung, mein Schutz, meine Zuflucht!

Meine Seele schweigt
und vertraut darauf,
dass du kommst, *Gott*.
Mein Herz wendet sich dir zu
und sehnt sich nach dem Klang deiner Stimme.
Mein Innerstes wird ruhig
und hofft auf ein Wort von dir...

So warte ich
auf dieses Lebens-Wort,
auf dein Wort für mich, *Gott*.
Ja, sprich nur ein Wort,
so wird meine Seele
genährt, gestillt... gesund.

AMEN

© Sabine Herold (28.8.2022)

Ermutigung für dich!

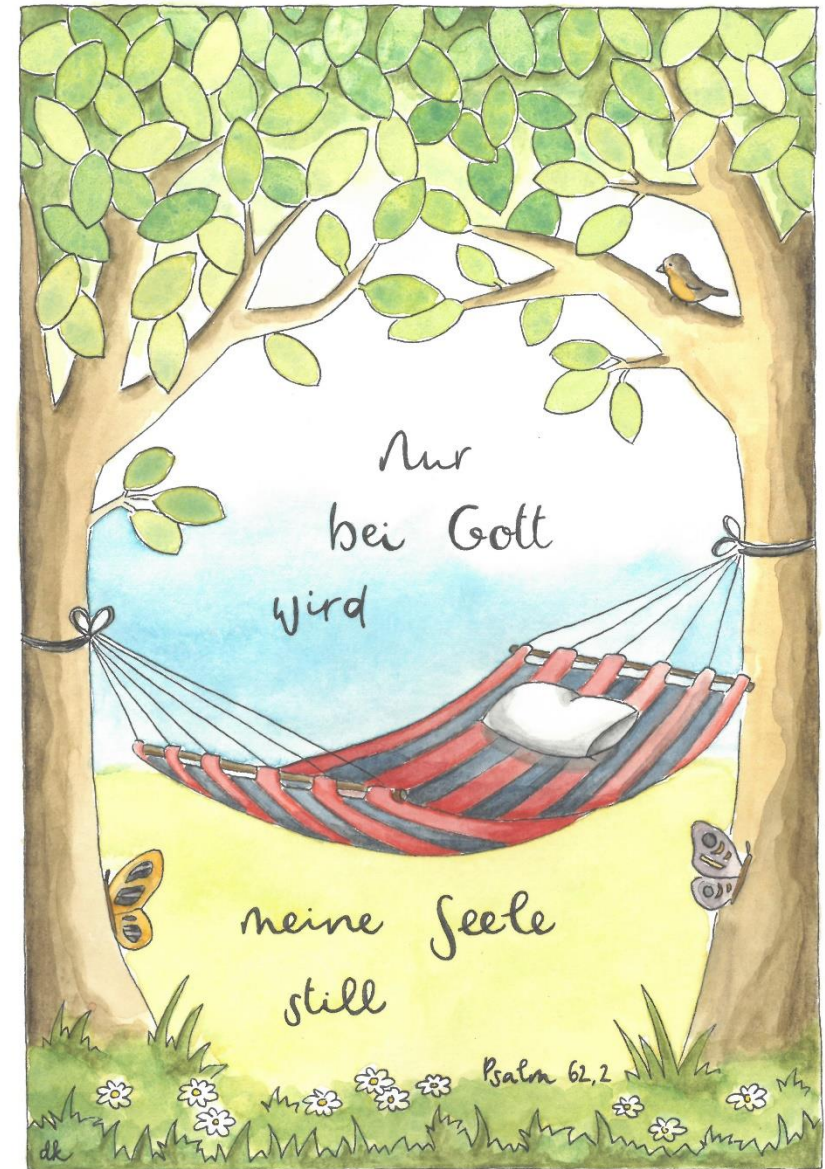


Bild: Deborah Keller ©

Unruhe, Stress, Erwartungen, Anforderungen... Überforderung – wer kennt dies nicht? Vermutlich erlebten oder erleben wir in unserem Leben genug davon, sei dies äusserlich oder innerlich – oder beides. Zum Teil machen wir uns den Stress sogar selbst, können aber nicht einfach aus unserer Haut, und es braucht Zeit die Gründe und Hintergründe zu erkennen, die diesen Lebensstil nähren.

Und doch sehnt sich unsere Seele, unser Inneres, der Kern unserer Persönlichkeit nach Ruhe und Stille, nach Oasen und Ruhe-Inseln im Alltag, nach Erholung und Sein, ohne leisten zu müssen.

Wo kann dies geschehen?

Wie wird dies möglich?

Wie ist das bei dir?...

Auch der Psalmenbeter David hat sich nach dieser Ruhe und Erholung gesehnt.

Er war jahrelang auf der Flucht – ein Gejagter, der äusserlich und innerlich kaum zur Ruhe kam. Immer war er auf der Hut vor seinen Feinden, und seine Gedanken und Gefühle verfolgten ihn bis in seine Träume.

Dennoch suchte und fand David einen Zufluchtsort: bei Gott.

Im Psalm 62 bekennt er (V. 2 wörtlich):

*Nur zu Gott, nur bei Gott ruht in Schweigen meine Seele,
von ihm kommt meine Hilfe.*

Das 'nur' zeigt an, dass David an dem Punkt angelangt ist, an dem er erkennt, wer oder was ihm hilft und was nicht. Im Rückblick merkt er: Es gibt nur eine einzige Adresse. Das Wort für 'nur' bedeutet auch DENNOCH, ja fürwahr, gewiss: So ist es! Davon ist David zutiefst überzeugt.

Das 'bei' bzw. 'zu' zeigt eine Richtung zu einem Ort an. Es drückt eine Bewegung, ein Streben in eine Ausrichtung aus. Im Fall von David ist es Gott. Er wendet sich an Gott. Er kehrt immer wieder um zu seinem HERRN.

Dies geschieht nicht im Lärm und Stress des Alltags, nicht mit Geschrei oder ständigem Lärmpegel, sondern im Schweigen, in der Stille. Da ist Ruhe. Alles Tun und Wirken, Reden und Planen hören auf, halten inne, machen Pause. Nur noch Gott ist da. Der Betende wird still und wartet. Die Seele kommt zur Ruhe, holt neuen Atem, schöpft neue Kraft.

David richtet seine ganze Aufmerksamkeit auf Gott und zugleich nach innen, ins Innerste, aufs Herz – und so erwartet er alle Hilfe von Gott. Das weiss er zutiefst. Diese Erfahrung hat er mehr als einmal gemacht. Er weiss: Auf Gott ist Verlass. Er ist treu. Diese Hilfe ist mehr als eine Handreichung oder Unterstützung. In dieser Hilfe von Gott liegt das Heil. Es meint Gottes Heilstaten. Und dieses hebräische Wort 'jeschuah' entspricht dem Namen von Jesus, unserem Heil, Heiland und Retter – unserer Lebenshilfe!

Auch wir dürfen uns wie David auf Gott ausrichten und bei ihm im Schweigen zur Ruhe kommen. Von ihm kommt unsere Hilfe!

Aus Psalm 62 (von David):

*2 Nur zu Gott, nur bei Gott ruht in Schweigen meine Seele,
von ihm kommt meine Hilfe.*

*3 Nur er ist mein Fels und meine Rettung, meine Festung;
ich werde kaum wanken. ...*

*6 Nur auf Gott vertraue still meine Seele,
denn von ihm kommt meine Hoffnung.*

*7 Nur er ist mein Fels und meine Rettung, meine Festung;
ich werde nicht wanken.*

*8 Auf Gott ruht mein Heil und meine Ehre;
der Fels meines Schutzes, meine Zuflucht ist in Gott.*

*9 Vertraut auf ihn allezeit, ihr von Gottes Volk!
Schüttet euer Herz vor ihm aus!
Gott ist unsere Zuflucht.*

Dieses Ruhen in Gott wünsche ich uns allen von Herzen!

Sabine Herold

(mehr Ermutigungen unter www.ref-wohlen.ch)