



»...wenn dich ein schlechtes Gewissen plagt«
Psalm 32

»...wenn dich ein schlechtes Gewissen plagt«
Psalm 32

Wie kompliziert der menschliche Organismus ist, stellen wir in der Regel dann am eindrücklichsten fest, wenn nicht alles so funktioniert, wie es soll. Erst eine Krankheit macht uns so richtig bewusst, welche komplizierten Vorgänge sich im Menschen abspielen und wie alles ganz genau aufeinander abgestimmt sein muss. Gesundheit ist daher ein sehr kostbares Gut, das wir nicht als selbstverständlich abtun dürfen.

Und wenn es dann doch zu einer Krankheit oder Verletzung kommt, können wir froh sein, dass es Ärzte gibt. Die haben viele Jahre lang studiert und geübt, was nötig ist, dass man wieder gesund werden kann. Und mit größter Wahrscheinlichkeit sind sie auch deutlich höher motiviert als in diesem Clip zu sehen ist.

Ausschnitt von Dr. House

So grantig und eigenwillig dieser Dr. House auch ist, sein Handwerk als Diagnostiker versteht er. Seine spezielle Aufgabe ist es, die richtige Diagnose zu stellen, damit die Kollegen daraufhin eine erfolgreiche Behandlung durchführen können. Nur mit der richtigen Diagnose, kann auch die Behandlung erfolgen, die zur Heilung beiträgt. Dazu werden genau die Krankheitssymptome analysiert und in bestimmten Untersuchungsmethoden und Tests überprüft, auf welche Krankheiten diese Symptome hinweisen.

Das kommt auch in dem Psalm zum Ausdruck, den wir heute miteinander betrachten werden. David gibt uns hier einen Einblick in sein Leiden und hilft uns damit, selber auf uns zu achten, ob diese Symptome auch auf unser Leben zutreffen. Auf sehr feine Weise kommen in diesem Psalm die drei Schritte Diagnose, Behandlung und Genesung ins Blickfeld. Und es ist mein Anliegen, dass uns diese alten Worte ebenfalls helfen, innerlich gesund zu werden. Ich möchte Ihnen diese Sätze Davids zitieren.

Psalm 32,1-11 (Luther-Übersetzung)

1 Eine Unterweisung Davids. Wohl dem, dem die Übertretungen vergeben sind, dem die Sünde bedeckt ist! 2 Wohl dem Menschen, dem der HERR die Schuld nicht zurechnet, in dessen Geist kein Trug ist! 3 Denn als ich es wollte verschweigen, verschmachteten meine Gebeine durch mein tägliches Klagen. 4

Denn deine Hand lag Tag und Nacht schwer auf mir, dass mein Saft vertrocknete, wie es im Sommer dürre wird. 5 Darum bekannte ich dir meine Sünde, und meine Schuld verhehlte ich nicht. Ich sprach: Ich will dem HERRN meine Übertretungen bekennen. Da vergabst du mir die Schuld meiner Sünde. 6 Deshalb werden alle Heiligen zu dir beten zur Zeit der Angst. Darum, wenn große Wasserfluten kommen, werden sie nicht an sie gelangen. 7 Du bist mein Schirm, du wirst mich vor Angst behüten, dass ich errettet gar fröhlich rühmen kann. 8 »Ich will dich unterweisen und dir den Weg zeigen, den du gehen sollst; ich will dich mit meinen Augen leiten.« 9 Seid nicht wie Rosse und Maultiere, die ohne Verstand sind, denen man Zaum und Gebiss anlegen muss; sie werden sonst nicht zu dir kommen. 10 Der Gottlose hat viel Plage; wer aber auf den HERRN hofft, den wird die Güte umfassen. 11 Freuet euch des HERRN und seid fröhlich, ihr Gerechten, und jauchzet, alle ihr Frommen.

Wir merken schon an diesen kurzen Sätzen, dass es David richtig dreckig ging. Er führt hier Symptome auf, die uns auch durchaus vertraut sind: Er fühlt sich verschmachtet, völlig ausgelaugt, ausgezehrt. Er kann nur noch klagen, jeden Tag und es wird nicht besser. Es ist so, als ob er innerlich vertrocknen würde. Selbst bei Gott kommt nicht mehr dieses frische Wasser, diese erfrischende Zuwendung. Er sitzt völlig auf dem Trockenen. Mit unseren modernen Erkenntnissen würden wir ihm mit dieser Beschreibung seiner Beschwerden vielleicht raten: Nimm dir mal ein paar Tage frei, mach eine Auszeit, erhol dich mal, schlaf mal einige Tage aus oder nimm dir mal ein paar Wochen eine Kur. Dann wird das schon werden. Das sind typische Symptome für einen Burnout. David kommt allerdings zu einer anderen Diagnose. Nicht immer sind die Krankheitszeichen gleich eindeutig. Keine Ahnung, auf wie viele Krankheiten rote Punkte hinweisen können. Allergien, Windpocken, Stiche, Röteln und wohl noch vieles mehr.

1. Eine eindeutige Diagnose

Als David seine Beschwerden sieht, wird es ihm sehr deutlich: Ich bin schuldig. Dieses Leiden, dieses Ausgetrocknetsein kommt bei ihm durch Sünde. Drei verschiedene Worte verwendet er, um diese Krankheit zu beschreiben. Die hebräische Sprache ist hier sehr differenziert und kennt darüber hinaus noch 23 andere Wörter für Sünde. Im Griechischen gibt es dafür nur noch sechs.

1.1 Übertretung (päsa) (V.1)

Dieser erste Begriff drückt aus, dass in Davids Leben etwas vorgefallen ist, das

nicht richtig war. Er hat die Vorgaben Gottes für das Leben übertreten. Er hat Gottes Gesetz nicht eingehalten. Das ist in Gottes Augen ein Vergehen, das zu ahnden ist. Hier ist die tiefe, lebendige Beziehung zu Gott zerbrochen. Das Vertrauen ist erschüttert und die Freundschaft zu ihm ist zu sehr belastet.

Wenn wir bedenken, wie schmerzhaft es bereits ist, wenn eine Ehe zerbricht, welches Leiden damit zusammen hängt. Wie lange es dauert, um darüber hinweg zu kommen und vielleicht wieder zueinander zu finden, dann können wir in etwa erahnen, was David mit diesem Ausdruck für Sünde meint. Er sieht sich hier von seiner Lebensquelle abgeschnitten. Was ihm bislang größtes Glück war, nämlich diese tiefe Gemeinschaft mit Gott, ist verloren. Er hat ohne ihn einfach keine Zukunft mehr und das nur, weil er sich über sein Wort hinweggesetzt hat. Das lässt sein Leben verdorren, wie ein dürre Ast, der vom Baum abgeschnitten wurde.

1.2 Sünde (chata) (V.1)

Mit dem zweiten Ausdruck betont David nun mehr die Entstehung der Krankheit. Wenn sich jemand das Bein bricht, würde er z.B. angeben, die Verletzung kam durch einen Sturz. Hier stellt David fest, der Ursprung seiner Krankheit ist sein Fehlverhalten. Sünde beschreibt hier eine konkrete Verfehlung. Dabei spielt es gar keine Rolle, ob dieser Fehler absichtlich oder unabsichtlich begangen wurde. Ob ich absichtlich oder nur aus Versehen jemand auf die Zehen gestanden bin, ist hier unerheblich. Allein die Tat ist hier im Blick.

Es ist wie bei einem Fußballspieler. Wenn der Ball neben das Tor geht, ist es völlig egal, ob es nur um Zentimeter vorbei ging oder der Ball sogar auf der Haupttribüne landete. Das Ziel, nämlich das Tor, wurde nicht getroffen. Das allein zählt. Das ist für einen Spieler schon belastend, wenn einer für 823 Minuten dieses Gehäuse nicht mehr trifft.

Genau das ist die Last, die David hier spürt. Er hat sich falsch verhalten. Er hat versagt. Er hat das Ziel verpasst und muss nun mit den Konsequenzen klar kommen.

1.3 Schuld (awon) (V.2)

Mit dem dritten Ausdruck lenkt David nun den Blick auf die Haltung, die hinter seinem Fehlverhalten liegt. Und dabei merken wir schnell, wie ähnlich wir ihm

sind. Meistens liegt hinter unserer Schuld diese Haltung der Ich-Sucht. Ich sehe mich im Mittelpunkt. Ich habe Wünsche, Bedürfnisse, Vorlieben und möchte und erwarte, dass die auch in Erfüllung gehen. Ich will haben, ich will gelten, ich will... Und daraus kommen nun die Streitereien, die Demütigungen, die Eifersuchtsszenen, die Kränkungen und Verletzungen, die neidischen Gedanken, die Habsucht, der Hang zu Übertreibungen. Hinter all dem liegt der Egoismus, dem auch David nachgegeben hat.

In dieser schweren Zeit, die er nun erlebt und hinter dem schlechten Gewissen, das in plagt, fällt es ihm nun wie Schuppen von den Augen. Meine Krankheit ist die Sünde. Da hilft mir keine Pause, da hilft keine Medizin, da bringt kein Kräutchen und auch keine Ablenkung irgendeine Linderung. Tag und Nacht liegt Gottes Hand schwer auf ihm (Vers 4). Da muss nun eine andere Behandlung her. Und die beschreibt er uns nun ebenfalls in diesem Psalm.

2. Die richtige Behandlung

2.1 Alles aufdecken (V.3-5)

Die Macht der Sünde wird gebrochen, wenn sie ans Licht kommt. Das ist der Behandlungsansatz Gottes. Das Verschweigen oder Leugnen der Schuld hat ihn beinahe aufgefressen (Vers 3). Aber das Bekenntnis gibt ihm wieder neue Luft zum Atmen (Vers 5). Das geschieht konkret in drei Dimensionen. Erst einmal muss ich mir selber mein Verhalten als Schuld eingestehen. »Ja, ich bin schuldig. Das, was ich getan habe oder immer noch oder immer wieder tue, ist nicht richtig. Es handelt sich dabei um eine Verfehlung, es geht am Ziel vorbei, es übertritt Gottes Gesetze.« Das ist schon einmal ein großer Schritt, dieses schlechte Gewissen überhaupt erst einmal zuzulassen und wahrzunehmen. Wir sind ein Meister der Ausreden. Es sind oft solche Sätze: »Das tun doch alle. Man gönnt sich ja sonst nichts. Ich bin doch sonst ganz in Ordnung. Ach, nur das eine Mal. Gott wird schon nicht so kleinlich sein.« Schon seit Adam und Eva ist es die menschliche Strategie, die Schuld auf Andere oder die Umstände abzuwälzen. Aber damit bleibt auch die Qual und der Unfriede erhalten. Wir erweisen uns selber dadurch einen Bärenienst. Befreiung schenkt nur das Bekenntnis. Ich lege die Karten auf den Tisch.

In der zweiten Dimension wende ich mich mit meiner Schuld an Gott. Sünde ist immer ein Vorgang, der Gott betrifft. Daher bin ich mit meinem Bekenntnis bei ihm an der richtigen Stelle. Wir brauchen keine Angst vor Gott zu haben, wenn wir ihm unsere Schuld nennen, denn er hat sowieso alles live miterlebt. Er freut

sich viel mehr darüber, dass wir es wagen, mit unserer Schuld ihm unter die Augen zu treten und seine Nähe zu suchen. Da weist er uns nicht zurück oder verstößt uns. Viele Jahre später notierte Johannes diese Ermutigung (1.Joh. 1,7): *»Wenn wir aber unsere Sünde bekennen, so ist er treu und gerecht, dass er uns die Sünden vergibt und reinigt uns von aller Ungerechtigkeit.«*

Als dritte Dimension schließlich hat es sich sehr hilfreich erwiesen, auch vor Menschen seine Schuld aufzudecken. In solch einem seelsorgerlichen und vertrauensvoll geschützten Rahmen können wir erleben, dass in solch einer Öffnung ein große Hilfe zur Änderung liegt. Sünde lebt und ist mächtig durch ihre Heimlichkeit. Wenn die durchbrochen ist, ist auch ihre Macht gebrochen und innerer Friede ist möglich. So wie es David schreibt ist es auch für jeden von uns gültig (V. 1-2): *»Wohl dem, dem die Übertretungen vergeben sind, dem die Sünde bedeckt ist! 2 Wohl dem Menschen, dem der HERR die Schuld nicht zurechnet, in dessen Geist kein Trug ist!«* Gott vergibt unsere Schuld und reinigt uns und hilft uns wieder zurecht. Noch einmal nimmt David diese drei Begriffe für Sünde und beschreibt, was Gott hier tut.

2.2 Übertretung vergeben (V.1)

Das zerbrochene Verhältnis zu Gott wird wieder hergestellt. Es ist wie bei einem Knochenbruch, der wieder gerichtet wird und dann wieder heilen kann. Neue Lebensenergie kann fließen. Die Freundschaft und Beziehung zu Gott ist wieder lebendig und sein Segen erreicht wieder neu mein Leben und lässt wieder aufatmen.

2.3 Sünde bedeckt (V.1)

Der Fehlschuss, die Zielverfehlung wird für ungültig erklärt. Der Pfeil kommt ins Schwarze, der Ball zappelt im Netz. Die einzelnen Vergehen werden zugedeckt. Durch den Tod von Jesus hat ein anderer dafür bezahlt. Meine Schulden wurden durch ihn völlig beglichen. Nichts mehr bleibt von meinem Fehlverhalten offen. Jesus hat alles bedeckt.

2.4 Schuld nicht zugerechnet (V.2)

Die falschen Spuren meines Lebens werden ausgelöscht. Wo ich bisher in der falschen Richtung unterwegs war, wird das gelöscht. Bild: Spaziergang am

Strand (die Flut nimmt die Spuren mit). Meine falsche Haltung, in der ich mich immer im Mittelpunkt sehen will, wird korrigiert. Auf einmal wird das wichtiger, was Jesus mir sagt. Er übernimmt das Kommando. Mein Leben erfährt eine andere Richtung.

3. Der Genesungsprozess

3.1 Beten zur Zeit der Angst (V.6)

- Gottes Hand tröstet und ermutigt und liegt nicht mehr schwer auf ihm (vgl. V. 4)

3.2 Geborgen sein können in Katastrophen (V.6-7)

- Wasserfluten werden zurückgehalten
- Angst verliert den Einfluss (»abgeschirmt«)

3.3 Führer in unwegsamem Gelände (V.8-9)

- mit den Augen leiten
- d.h. sensibel werden für Gottes Willen
- Rossen und Maultieren ohne Verstand, wird Zaumzeug angelegt; Menschen können gelenkt werden, indem Gott ihren Verstand ansprechen kann.

3.4 vertrauen und hoffen können (V.10)

3.5 tiefe Freude haben können (V.11)

»Buße tun heißt: umkehren in die offenen Arme Gottes. Dazu gehört, dass wir die Sünden herzlich erkennen, vor Gott und in gewissen Fällen auch vor Menschen bekennen, bereuen, hassen und lassen und im Glauben an Jesus Christus in einem neuen Leben wandeln.« (Aus »Mein Konfirmandenbuch«, Quell-Verlag, S.50)



Markus Gulden, Pastor der FeG Kandern,
Meiergarten 4, 79400 Kandern-Sitzenkirch
Tel: (07626) 972554; e-mail: Markus.Gulden@feg.de
Internet: www.markus-gulden.de; www.feg-kandern.de

Bildnachweis (Titelbild): ©stihl024/Pixelio, www.pixelio.de