DU STELLST MEINE FÜSSE AUF WEITEN RAUM

Predigt zu Psalm 31

Eingangsvers: Jer 29, 11

Predigtext Psalm 31 (Einheitsübersetzung): Ein Psalm Davids

Herr, ich suche Zuflucht bei dir.
Lass mich doch niemals scheitern;
rette mich in deiner Gerechtigkeit!
Wende dein Ohr mir zu,
erlöse mich bald! Sei mir ein schützender Fels,
eine feste Burg, die mich rettet.

Denn du bist mein Fels und meine Burg;
um deines Namens willen wirst du mich führen und leiten.
Du wirst mich befreien aus dem Netz, das sie mir heimlich legten;
denn du bist meine Zuflucht.
In deine Hände lege ich voll Vertrauen meinen Geist;
du hast mich erlöst, Herr, du treuer Gott.

Dir sind alle verhasst, die nichtige Götzen verehren,
ich aber verlasse mich auf den Herrn.
Ich will jubeln und über deine Huld mich freuen;
denn du hast mein Elend angesehn,
du bist mit meiner Angst vertraut.
Du hast mich nicht preisgegeben der Gewalt meines Feindes,
hast meine Füße auf weiten Raum gestellt.

Herr, sei mir gnädig, denn mir ist angst;
vor Gram zerfallen mir Auge, Seele und Leib.
In Kummer schwindet mein Leben dahin,
meine Jahre verrinnen im Seufzen. Meine Kraft ist ermattet im Elend,
meine Glieder sind zerfallen.
Zum Spott geworden bin ich all meinen Feinden,
ein Hohn den Nachbarn, ein Schrecken den Freunden;
wer mich auf der Straße sieht, der flieht vor mir.
Ich bin dem Gedächtnis entschwunden wie ein Toter,
bin geworden wie ein zerbrochenes Gefäß.
Ich höre das Zischeln der Menge – Grauen ringsum.
Sie tun sich gegen mich zusammen;
sie sinnen darauf, mir das Leben zu rauben.

Ich aber, Herr, ich vertraue dir,
ich sage: «Du bist mein Gott.»
In deiner Hand liegt mein Geschick;
entreiß mich der Hand meiner Feinde und Verfolger!
Lass dein Angesicht leuchten über deinem Knecht,
hilf mir in deiner Güte!

Herr, lass mich nicht scheitern,
denn ich rufe zu dir. Scheitern sollen die Frevler,
verstummen und hinabfahren ins Reich der Toten.
Jeder Mund, der lügt, soll sich schließen,
der Mund, der frech gegen den Gerechten redet,
hochmütig und verächtlich.

Wie groß ist deine Güte, Herr,
die du bereithältst für alle, die dich fürchten und ehren;

du erweist sie allen, die sich vor den Menschen zu dir flüchten.
Du beschirmst sie im Schutz deines Angesichts
vor dem Toben der Menschen. Wie unter einem Dach bewahrst du sie
vor dem Gezänk der Zungen.

Gepriesen sei der Herr, der wunderbar an mir gehandelt
und mir seine Güte erwiesen hat zur Zeit der Bedrängnis.
Ich aber dachte in meiner Angst:
Ich bin aus deiner Nähe verstoßen. Doch du hast mein lautes Flehen gehört,
als ich zu dir um Hilfe rief.
Liebt den Herrn, all seine Frommen!
Seine Getreuen behütet der Herr,
doch den Hochmütigen vergilt er ihr Tun mit vollem Maß.
Euer Herz sei stark und unverzagt,
ihr alle, die ihr wartet auf den Herrn.

Predigt: : Liebe Gemeinde! Ein Wechselbad von Gefühlen durchleben wir, wenn wir diesen Psalm hören und beten. Zwischen Vertrauen und Angst werden wir hin und her gerissen. Im einen Moment sind wir tief geborgen in Gottes Hand. Und in der nächste Zeile schon wieder bedroht von Angst und Gewalt. Bis in die einzelnen Verse hinein geht diese Spannung:

In deiner Hand liegt mein Geschick;
entreiß mich der Hand meiner Feinde und Verfolger!

Im Lukasevangelium zitiert Jesus diesen Psalm, wenn er in seinem Sterben am Kreuz spricht: *Vater, in deine Hände lege ich meinen Geist!* Vertraut und nahe waren ihm diese Worte, weil Psalm 31 in der jüdischen Tradition zum Abendgebet geworden ist. Nicht nur in Extremsituationen, sondern jeden Abend kann ich mit seinen Worten alles, was mir am Tag widerfahren ist, vertrauensvoll in Gottes Hand legen. In Gott Geborgenheit finden. Zur Ruhe kommen im stillen Raum der Nacht.

Wie manchen Tag erleben wir doch, an dem wir aufgewühlt keinen Schlaf finden. In unserem Kopf kreist ein Gedankenkarussell. Ängste und Sorgen tauchen immer wieder auf. Gehen nicht unter in der Müdigkeit, sondern, im Gegenteil, machen uns wieder hellwach. Lassen uns nicht zur Ruhe kommen. – Worte von anderen hallen noch nach. Wir drehen sie hin und her. Deuten sie zu unseren Ungunsten. Menschen, die uns jeden Tag über den Weg laufen, werden in unseren inneren Bildern zu Feinden. Und heute kommt noch der virtuelle Raum dazu. Tagtäglich verletzen unzählige Menschen einander im anonymen Raum des Internets. Kommentare, Likes und Dislikes machen uns zum Spielball der andern. – Wie gut würde es da tun, am Abend einfach zu sprechen:

Du beschirmst mich im Schutz deines Angesichts
vor dem Toben der Menschen. Wie unter einem Dach bewahrst du mich vor dem Gezänk der Zungen.

Ja, unser Psalm will uns in einen Raum von Geborgenheit und Ruhe führen. Nicht, indem er die Unruhe verschweigt und schönredet, sondern indem er alles benennt. Jeden Raum beleuchtet und durchforscht und dabei Raum für Raum öffnet.

Herr, ich suche Zuflucht bei dir.
Sei mir ein schützender Fels,
eine feste Burg, die mich rettet.
Denn du bist mein Fels und meine Burg.

Wenn ich nicht mehr weiterweiss, muss ich irgendwohin können. Wenn ich erschöpft bin vom Kampf und Krampf des Alltags, muss ich mich irgendwo in Sicherheit bergen. Eine

flinke Maus verschwindet in ihrem Erdloch. Ein Vogel birgt sich im Spalt einer Mauer. Lange waren Burgen der Ort, wo Menschen Sicherheit hinter dicken Mauern fanden. Heute ist das Haus, die Wohnung, das eigene Zimmer zum Ort der Sicherheit geworden. Das gilt erst recht in der Misere, in der wir immer noch tief drinstecken. «Bleiben sie zu Hause» tönte es auf allen Kanälen im Frühling vor einem Jahr. Und zur Zeit tönt es wieder ähnlich. Homeoffice ist Pflicht. Möglichst wenige Menschen soll man treffen. Ausser Haus eine Maske tragen, wenn man sich zu nahe kommt. Wir verschanzen uns wie in Burgen und bauen Mauern auf, damit wir geschützt sind. Wir brauchen zur Zeit eine feste Burg, die uns rettet.

Aber das hat auch seine Schattenseiten. Es gibt Menschen, die sich kaum noch aus dem Haus oder der Wohnung trauen. Die überall Gefahr und Ansteckung wittern. Dabei vereinsamen viele Menschen in den sicheren Zimmern zu Hause und in Alters- und Pflegeheimen. Sterben einsam, weil niemand mehr Zugang zu ihnen hat. Immer wieder haben in den letzten Wochen Angehörige mir von solch schwierigen Situationen erzählt. Das hat mich aufgewühlt und erschüttert.

Ein äusserer, geschützter Raum bewahrt uns nicht vor unseren unsicheren Innenräumen. Vor den Gedanken, die kreisen. Vor den Ängsten, die auch das grösste Zimmer beengend und bedrückend erscheinen lassen und uns den Atem rauben.

Herr, sei mir gnädig, denn mir ist angst;
vor Gram zerfallen mir Auge, Seele und Leib.
In Kummer schwindet mein Leben dahin,
meine Lebenszeit verrinnt im Seufzen.

Wir wissen nicht, wie viele Menschen gerade heute so empfinden. Junge und Ältere, die sich abgeschnitten fühlen vom Raum des Lebens. Die um ihre Existenz bangen und nicht wissen, ob noch Raum da ist für eine Zukunft. Was wir vor allem bräuchten, sind Begegnungsräume. Nur da können wir Geborgenheit finden. Und diese Begegnungsräume sind heute klein geworden und mit der Brandmarke der Ansteckungsgefahr versehen. Es braucht Mut und Besonnenheit, solche Räume uns zu bewahren, damit wir einander menschlich bleiben.

Du bist mit meiner Angst vertraut.
Du hast mich nicht preisgegeben der Gewalt meines Feindes,
du hast meine Füße auf weiten Raum gestellt.

Seinen verängstigten Innenraum öffnet der Psalmbeter ganz vor Gott. Das tut er, indem er darauf vertraut, dass Gott ihn ganz kennt. Mit all seinen lichten und dunklen Seiten. Nichts will er vor Gott verbergen. Und dann, dann holt Gott ihn aus den Abgründen seiner Angst herauf und stellt seine Füsse auf weiten Raum.

Das ist ein unglaubliches Bild: nicht mehr in eine sichere, aber enge Burg führt Gott mich hinein: sondern auf weiten Raum stellt er meine Füsse! Weite: das ist das Gegenteil von Angst. Angst zieht zusammen, Angst macht eng. Was Weite ist, lässt sich gar nicht so klar definieren. Weite ist ja unbesetzter Raum – gleichsam ein Raum voller Möglichkeiten.

Vielleicht hat der österreichische Psychiater Viktor Frankl die eindrücklichste Beschreibung vom weiten Raum gegeben, auf den Gott meine Füsse stellt. In seinem Buch «… trotzdem Ja zum Leben sagen» beschreibt Frankl seine Erlebnisse während der Gefangenschaft in vier verschiedenen Konzentrationslagern. Als er wider alle Erwartung am Ende des Krieges befreit wird, kann er und andere Häftlinge das fast nicht für wahr halten. Anfangs haftet dieser Befreiung etwas Unwirkliches an; jeden Augenblick rechnet die Seele

damit, dass das nur ein falscher Traum ist, der sie foppen will. Doch irgendwann kommt der Moment, wo die Wirklichkeit wirklich wird. Eindrücklich schreibt Frankl:

«Dann gehst du eines Tages, ein paar Tage nach der Befreiung, übers freie Feld, kilometerweit, durch blühende Fluren einem Marktflecken in der Umgebung des Lagers zu; Lerchen steigen auf, schweben zur Höhe, und du hörst ihren Hymnus und ihren Jubel, der da droben im Freien erschallt. Weit und breit ist kein Mensch zu sehen, nichts ist um dich als die weite Erde und der Himmel und das Jubilieren der Lerchen und der freie Raum. Da unterbrichst du dein Hinschreiten in diesen freien Raum, da bleibst du stehen, blickst um dich und blickst empor – und dann sinkst du in die Knie. Du weißt in diesem Augenblick nicht viel von dir und nicht viel von der Welt, du hörst in dir nur einen Satz, und immer wieder denselben Satz: ‹Aus der Enge rief ich den Herrn, und er antwortete mir im freien Raum.»

Freier Raum ist Möglichkeitsraum. Freier Raum ist Begegnungsraum. Es ist gar so nicht einfach, solche Räume zu bewahren. Das gelingt nur, wenn wir verantwortungsvoll mit ihnen umgehen und sie nicht zu unserem Vorteil nutzen. Heute erlebe ich eine starke Tendenz, solche freien Räume zu besetzen. Sie mit Meinungen und Ideologien zu markieren, die von Anfang an darüber entscheiden, ob man daran teilnehmen kann oder nicht. Echte Debatten sind Mangelware geworden. So eng uns das Coronavirus in unsere vertrauten vier Wände treibt, so treibt uns auch die digitalisierte Kultur mit ihren Massenphänomenen in enge Räume, wo jede und jeder dem anderen nachplappert und geliket werden will, aber kein echter Raum zum Denken und Debattieren mehr da ist.

Ich aber, Herr, ich vertraue dir,
ich sage: «Du bist mein Gott.»

Zurück auf den Boden der Wirklichkeit führt mich mein Psalm. Lässt mich wirkliche Vögel hören, wirkliches Grün sehen, wirkliche Erde riechen. Ich finde zurück in den Raum Gottes, in dem sich alles Leben abspielt. Mein Denken befreit sich von den Kunstgebilden des Zeitgeistes. Atmet wieder die Luft, die alles zusammenhält und nährt und in der Tiefe trägt. Und ich werde berührt und getragen von Gott, von dem Gerhard Tersteegen so wunderbar gesungen hat:

Luft, die alles füllet,
drin wir immer schweben,
aller Dinge Grund und Leben.
Meer ohn Grund und Ende,
Wunder aller Wunder:
Ich in dir,
du in mir,
lass mich ganz verschwinden,
dich nur sehn und finden.

Gottes Raum ist kein einsamer Raum, sondern Begegnungsraum. Ich in dir, du in mir – tiefe Geborgenheit spricht aus diesen Worten. Unser Psalm führt am Ende ganz in dieses geborgene Vertrauen hinein. Gottes Geist macht den Innenraum des Beters weit. Die Angst vor dem Verstossensein, die ihn vorher bestimmt hat, ist der ewigen Gottesliebe gewichen:

Ich aber dachte in meiner Angst:
Ich bin aus deiner Nähe verstoßen.
Doch du hast mein lautes Flehen gehört,
als ich zu dir um Hilfe rief.
Liebt den Herrn, all seine Frommen!

Angst macht unseren Innenraum eng und misstrauisch. Dabei macht die Angst nicht bei uns selber halt, sondern schleicht sich in unsere Beziehungen ein. Sie trübt unseren Blick mit einem tiefen Misstrauen, mit dem wir anderen Menschen begegnen. Und wir leiden darunter, dass wir so ungeborgen und ungeliebt durchs Leben gehen.

Grundlos plagen uns solche Ängste selten: wer einmal erlebt hat, dass ein naher Mensch das Vertrauen missbraucht hat, hat es schwer, wieder zu vertrauen. Das spüren wir auch in unserem Psalm auf Schritt und Tritt, wenn Feinde sich hochmütig aufbäumen und die Leute hinter seinem Rücken tuscheln.

Es ist Gott selbst, der diesen Unheilskreis durchbricht. Er tut es nicht, indem er uns in eine sichere Burg führt und uns von allem abschottet und uns rechtfertigt in unserer Angst. Sondern er tut es, indem er unsere Füsse auf weiten Raum stellt. Uns hinausführt in den freien Raum des Lebens, der Gott selbst ist. Gott lässt uns seinen eigenen Atem wieder spüren. Stellt unsere Füsse auf seinen festen Boden. Berührt unser Ohr mit seinen Liedern, die uns froh machen. So kann ich wieder atmen. Stark und unverzagt lebe ich wieder auf. Vertrauen erfüllt mich, das nicht in Menschen gründet, sondern in Gott selbst. Und in seinem Raum geborgen kann ich Menschen wieder begegnen und vertrauen.

Amen.