

## Struktur und Merkblatt

### 1. Einfachheit als Stärke, um sich auf das Wesentliche zu konzentrieren. (Ps 131,1)

- => Wie konnte nur ein solcher Mensch eine Traumkarriere vom Hirten zum König erleben? Wo bleibt das Karrieredenken? Wo bleibt der Ehrgeiz? Wo bleibt das Durchsetzungsvermögen?
- => Je komplizierter das Leben mit seinen Herausforderungen wird, desto suchen wir nach Einfachheit, um überhaupt noch gut funktionieren zu können.
- => "Simplify yourself!"
- => Das zeigt sich auch auf der Ebene des Managements
- => "Beschränkung auf das Wesentliche" könnte denn auch der Titel vom Psalm 131 sein.

### 2. In Grenzen leben

#### 2.1 Zwischen den Polen zur Ruhe kommen (Ps 131,1-3)

- => fängt mit dem Gottesnamen HERR an und endet mit dem Aufruf an das Volk Gottes, auf diesen HERRN zu harren
- => einen Ring und eine Schnur
- => Unser Leben ist damit in der Ewigkeit verankert. Auch eine schwierigere Situation wird es nicht völlig aus der Ruhe werfen können. Wir werden wohl "ein wenig wanken", aber wir bleiben verankert (Ps 62,1-3)!

#### 2.2 Kongruenz (Übereinstimmung) der Ziele bewahrt uns vor Zerrissenheit (Ps 131,1)

- => Wir müssen erkennen, dass Ziele die Wirkung eines Elefanten in unserem Leben haben: Sie ziehen uns mächtig in eine bestimmte Richtung. Wenn wir aber mehrere Ziele haben, die uns in verschiedene Richtungen ziehen, dann wird unsere Seele von "Elefanten zerrissen".
- => Er hatte ein grosses Hauptziel: Dem HERRN mit "ungeteiltem Herzen" zu dienen. Dieses Hauptziel gab er kurz vor seinem Tod seinem Sohn Salomo als Rat weiter (1 Chr 28,9) und betete dann auch noch für ihn um ein solches Herz (1 Chr 29,19).

#### 2.3 Stufe um Stufe: zu hohe Ambitionen bergen ein Risiko (Ps 131,1)

- => War David nicht vielmehr tollkühn? Um Licht in diesen Widerspruch zu bekommen, müssen wir Davids Haltung vor dem Kampf gegen Goliath näher betrachten.  
1 Sam 17,37
- => Diese Siege gaben ihm Selbstvertrauen in seine Kampfkünste einerseits und in die Bewahrung und Salbung Gottes über seinem Leben andererseits.
- => Wichtig ist nun Folgendes: David besiegte den Löwen und Bären nicht deshalb, weil er für einen bevorstehenden Kampf mit Goliath trainierte, sondern aus Treue zu seiner Aufgabe als Hirte!
- => Er ging von Aufgabe zu Aufgabe und bewährte sich jeweils in ihnen (vgl. Lk 16,10).
- => Im Lichte dieser Erkenntnisse müssen wir Ps 131,1 so verstehen: David war nicht auf hohe Ziele fixiert (mag sein, dass er durchaus seine Träume hatte) und riskierte nicht, durch die Konzentration auf hohe Ziele die gegenwärtigen Herausforderungen zu vernachlässigen und darin zu versagen.
- => David war mehr auf den nächsten Tritt der Treppe ausgerichtet, als dass er im Traum eines bestiegenen Turms schwelgte.
- => Er schöpfte seinen Mut weniger aus dem Verlangen, ganz gross herauszukommen, als vielmehr aus mutmachenden Erfahrungen mit Gottes Treue und Bewahrung in der Vergangenheit.

### 3. Ruhige Seele: Verantwortung für die Seele übernehmen (Ps 131,2)

- => Eine gesunde Einfachheit unseres Herzens macht uns frei von vielen belastenden Gedanken und Nebenzielen.
- => Sie zerreist sich weder im Verlangen eines hohen Zieles, das fernab unseres Horizonts liegt, noch wird sie von einem solch überspannten Ziel auf's Glatteis geführt. Sie verzettelt sich nicht in vielen eigensüchtigen Zielen und Wünschen, die sich nicht selten widersprechen, sondern hat ein einfaches Hauptziel: Von ganzem Herzen Gott zu dienen (Mt 22,37).
- => Die Seele eines solchen Menschen kommt zur Ruhe, zumal sie im mächtigen Strom von Gottes Kraft und Bewahrung mitschwimmen darf, da sie sich an Gottes Hauptziel orientiert (Mt 6,33).  
Wir(!) sind also verantwortlich dafür, dass unsere Seele zur Ruhe kommt. Wir(!) haben die "Mutterverantwortung" für unsere Seele.
- => Wenn wir uns in gesunden Grenzen bewegen, kommen wir zur Ruhe. Diese Ruhe wiederum lässt uns immer wieder neu zu Kräften kommen. Wir können uns den Herausforderungen des Lebens besser stellen.

# Beschränke dich auf das Wesentliche

Thema: Verantwortung für die Seele übernehmen

Anlass: Muttertag

Lesung: Ps 131

*Wenn wir uns in gesunden Grenzen bewegen, kommt unsere Seele zur Ruhe.*

## Einleitung

Wir feiern heute Muttertag. An diesem Muttertag möchte ich uns alle auffordern, "Mutterverantwortung" für unsere Seele zu übernehmen.

## 1. Einfachheit als Stärke, um sich auf das Wesentliche zu konzentrieren. (Ps 131,1)

*Ps 131,1: Ein Wallfahrtslied. Von David. HERR! Mein Herz will nicht hoch hinaus, meine Augen sind nicht hochfahrend. Ich gehe nicht mit Dingen um, die zu gross und zu wunderbar für mich sind.*

Psalm 131 ist ein kurzer Psalm von David, dem wichtigsten alttestamentlichen König des Volkes Israel. Der Psalm überrascht uns. Statt von grosser Vision und grossen Plänen, spricht er von Bescheidenheit und gewollter Begrenzung. Wie konnte nur ein solcher Mensch eine Traumkarriere vom Hirten zum König erleben? Wo bleibt das Karrieredenken? Wo bleibt der Ehrgeiz? Wo bleibt das Durchsetzungsvermögen? - Notabene alles Eigenschaften, die man von heutigen Führern in Wirtschaft und Politik erwartet.

Aber werfen wir doch einen Blick in das Innere vom König David. Was waren seine Prioritäten? Wie funktionierte sein Denken? Wie war sein Herz beschaffen? Wir stellen im Ps 131 fest: David's Herz war sehr einfach und klar organisiert. Diese Feststellung ist eine grosse Überraschung und steht im Gegensatz zu seinem kühnen Glauben.

Diese Einfachheit von Davids Herzen spricht uns moderne Menschen sehr an, sehnen wir uns doch im Grunde nach Einfachheit. Je komplizierter das Leben mit seinen Herausforderungen wird, desto suchen wir nach Einfachheit, um überhaupt noch gut funktionieren zu können.

So lautet z.B. der Leitspruch eines bekannten Manager-Ratgebers: "Simplify yourself!" Dieser Leitspruch spricht mich immer wieder sehr an. Ich mache ihn mir in verschiedenen Alltagsbereiche zum Wahlspruch.

Je komplizierter die Welt wird, desto lauter der Ruf nach Einfachheit. Das zeigt sich auch auf der Ebene des Managements ab. So verlangen manche Konzernleitungen von ihren leitenden Angestellten auch für schwierige und komplexe Entscheidungen, dass das Papier, welches als Entscheidungsgrundlage in die Direktionssitzung eingereicht wird, einfach und kurz geschrieben ist. So kann sich die Geschäftsleitung auf die wesentlichen Fakten konzentrieren, ohne sich in Einzelheiten zu verlieren, was Zeitverlust und manchmal sogar Verlust der Übersicht zur Folge haben kann.

"Beschränkung auf das Wesentliche" könnte denn auch der Titel vom Psalm 131 sein. Erstaunlich, dass David diese Wahrheit, die wir heute als revolutionäre Management-Prinzip teuer vermarkten könnten - sofern wir über einen entsprechenden Dokortitel verfügten - schon zu seiner Zeit entdeckt und gelebt hat.

## 2. In Grenzen leben

### 2.1 Zwischen den Polen zur Ruhe kommen (Ps 131,1-3)

*Ps 131,1-3: Ein Wallfahrtslied. Von David. HERR! Mein Herz will nicht hoch hinaus, meine Augen sind nicht hochfahrend. Ich gehe nicht mit Dingen um, die zu gross und zu wunderbar für mich sind. Habe ich meine Seele nicht beschwichtigt und beruhigt? Wie ein entwöhntes Kind bei seiner Mutter, wie ein entwöhntes Kind ist meine Seele in mir. Harre, Israel, auf den HERRN, von nun an bis in Ewigkeit!*

Der Psalm 131 fängt mit dem Gottesnamen HERR an und endet mit dem Aufruf an das Volk Gottes, auf diesen HERRN zu harren. Diese Anordnung der drei Psalmverse weisen darauf hin, dass Davids Leben zwischen zwei Polen zur Ruhe kam. Diese Pole waren aber identisch. Es war der HERR.

Wir können hierzu ein ganz einfaches Experiment machen. Wir nehmen einen Ring und ziehen eine Schnur hindurch. Nun halten wir diese Schnur an ihren beiden Enden und schwingen den Ring in der Luft herum. Er wirbelt wild hin und her. Wenn wir nun aber diese Schnur spannen, wird der Ring stabilisiert.

Ähnlich war Davids Leben in Gott stabilisiert. Gott war für ihn Anfang und Ende. In diesem Gott kam David zur Ruhe. Er "harrte" auf diesen Gott und machte gute Erfahrungen darin. Deshalb rief er sein ganzes Volk dazu auf, ebenfalls auf diesen Gott zu harren.

Dann sind es nicht mehr die Wirtschaftsdaten und Sicherheitslage, die unser Leben stabilisieren sollen, sondern Gott selbst. Unser Leben ist damit in der Ewigkeit verankert. Auch eine schwierigere Situation wird es nicht völlig aus der Ruhe werfen können. Wir werden wohl "ein wenig wanken", aber wir bleiben verankert (Ps 62,1-3)! Jeder Tag darf mit Gott beginnen und enden (Ps 113,3).

*Ps 62,1-3: Dem Chorleiter. Nach Jedutun. Ein Psalm. Von David. Nur auf Gott vertraut still meine Seele, von ihm kommt meine Hilfe. Nur er ist mein Fels und meine Hilfe, meine Festung; ich werde kaum (w. nicht viel) wanken.  
Ps 113,3: Vom Aufgang der Sonne bis zu ihrem Niedergang sei gelobt der Name des HERRN!*

## 2.2 Kongruenz (Übereinstimmung) der Ziele bewahrt uns vor Zerrissenheit (Ps 131,1)

*Ps 131,1: Ein Wallfahrtslied. Von David. HERR! Mein Herz will nicht hoch hinaus, meine Augen sind nicht hochfahrend. Ich gehe nicht mit Dingen um, die zu gross und zu wunderbar für mich sind.*

Wir stehen alle in der Gefahr, uns in verschiedenen Zielen und Wünschen zu zerzetteln. Wir müssen erkennen, dass Ziele die Wirkung eines Elefanten in unserem Leben haben: Sie ziehen uns mächtig in eine bestimmte Richtung. Wenn wir aber mehrere Ziele haben, die uns in verschiedene Richtungen ziehen, dann wird unsere Seele von "Elefanten zerrissen".

Davids Einfachheit ist wohl auch in der Kongruenz seiner Ziele zu finden. Er hatte ein grosses Hauptziel: Dem HERRN mit "ungeteiltem Herzen" zu dienen. Dieses Hauptziel gab er kurz vor seinem Tod seinem Sohn Salomo als Rat weiter (1 Chr 28,9) und betete dann auch noch für ihn um ein solches Herz (1 Chr 29,19).

Um so klarer die Prioritäten in unserem Leben gesetzt sind, um so einfacher und freier können wir unser Leben gestalten.

*1 Chr 28,9: Und du, mein Sohn Salomo, erkenne den Gott deines Vaters und diene ihm mit ungeteiltem Herzen und mit williger Seele! Denn der HERR erforscht alle Herzen, und alles Streben der Gedanken kennt er. Wenn du ihn suchst, wird er sich von dir finden lassen; wenn du ihn aber verlässt, wird er dich verwerfen für ewig.*

*1 Chr 29,19: Und meinem Sohn Salomo gib ein ungeteiltes Herz, deine Gebote, deine Zeugnisse und deine Ordnungen zu beachten und das alles zu tun und den Palast zu bauen, den ich vorbereitet habe!*

## 2.3 Stufe um Stufe: zu hohe Ambitionen bergen ein Risiko (Ps 131,1)

*Ps 131,1: Ein Wallfahrtslied. Von David. HERR! Mein Herz will nicht hoch hinaus, meine Augen sind nicht hochfahrend. Ich gehe nicht mit Dingen um, die zu gross und zu wunderbar für mich sind.*

David gab seinem Herz einen Rahmen. Er trachtete nicht danach "hoch hinaus" zu kommen und ging nicht mit Plänen und Gedanken schwanger, die ihm zu gross waren.

Wie konnte ausgerechnet ein David so sprechen, der doch den grossen Goliath besiegte! Zeugt dieser Kampf nicht genau vom Gegenteil? War David nicht vielmehr tollkühn? Um Licht in diesen Widerspruch zu bekommen, müssen wir Davids Haltung vor dem Kampf gegen Goliath näher betrachten. 1 Sam 17,37 ist hierbei der entscheidende Schlüsselvers.

David war von Beruf Schafhirte. Er setzte sich für seine Schafe, bzw. für die Schafe seiner Familie, von ganzem Herzen ein. Er verteidigte die Schafe sogar gegen einen Löwen und einen Bären. Diese Siege gaben ihm Selbstvertrauen in seine Kampfkünste einerseits und in die Bewahrung und Salbung Gottes über seinem Leben andererseits. Als David später dann der Kampfmaschine "Goliath" gegenüberstand, erinnerte er sich seiner Siege und glaubte, dass Gott ihn auch in einem solchen Kampf beistehen würde.

Wichtig ist nun Folgendes: David besiegte den Löwen und Bären nicht deshalb, weil er für einen bevorstehenden Kampf mit Goliath trainierte, sondern aus Treue zu seiner Aufgabe als Hirte!

David's Leben war von Treue gegenüber seiner Aufgabe und Bestimmung gekennzeichnet. Er ging von Aufgabe zu Aufgabe und bewährte sich jeweils in ihnen (vgl. Lk 16,10). Die Aufgaben und Herausforderungen wurden immer grösser.

David suchte nicht von Beginn weg, hoch hinaus zu kommen. Er war auf seine jeweilige Aufgabe und Berufung konzentriert und trachtete danach, diese in Treue zu Gott und Menschen siegreich zu bewältigen. Nach Abschluss der einen Aufgabe kam dann die nächste auf ihn zu, oft eine noch grössere. Doch er konnte auf seine (Glaubens-)Erfahrungen zurückschauen, die hinter ihm lagen, und fasste dadurch Mut, für die nächst-grössere.

Im Lichte dieser Erkenntnisse müssen wir Ps 131,1 so verstehen: David war nicht auf hohe Ziele fixiert (mag sein, dass er durchaus seine Träume hatte) und riskierte nicht, durch die Konzentration auf hohe Ziele die gegenwärtigen Herausforderungen zu vernachlässigen und darin zu versagen.

Um es in einem Bild zum Ausdruck zu bringen: David war mehr auf den nächsten Tritt der Treppe ausgerichtet, als dass er im Traum eines bestiegenen Turms schwelgte. Er schöpfte seinen Mut weniger aus dem Verlangen, ganz gross herauszukommen, als vielmehr aus mutmachenden Erfahrungen mit Gottes Treue und Bewahrung in der Vergangenheit. Er sass also nicht auf irgend einer Treppenstufe und träumte von der Aussicht auf dem Turm, sondern ging im Glauben an Gottes Treue und Bestimmung Tritt um Tritt hoch. Er stolperte auch nicht in einem falschen Gipfeltraum über die Stufen, sondern ging Schritt um Schritt vorwärts. (Als ein Beweis für Davids Haltung mag seine Beziehung zu Saul und Jonathan dienen. Er sah sie nicht als Konkurrenten, die es im Kampf auf dem "Weg nach oben" zu überholen galt.)

In unsere heutige Situation übertragen bedeutet das unter anderem, dass sich David weder nach einer Traumkarriere noch nach einem Lottogewinn ausrichtete. Beides gibt es wohl immer wieder, doch beides stellt nur eine Ausnahme dar. Wer sich nach utopischen Zielen orientiert, wird im Normalfall zum Verlierer.

*1 Sam 17,37:* Und David fuhr fort: Der HERR, der mich aus den Klauen (w. aus der Hand) des Löwen und aus den Klauen (w. aus der Hand) des Bären errettet hat, der wird mich auch aus der Hand dieses Philisters erretten. Und Saul sagte zu David: Geh hin, der HERR sei mit dir!

*Lk 16,10:* Wer im Geringsten treu ist, ist auch in vielem treu, und wer im Geringsten ungerecht ist, ist auch in vielem ungerecht.

### 3. Ruhige Seele: Verantwortung für die Seele übernehmen (Ps 131,2)

*Ps 131,2: Habe ich meine Seele nicht beschwichtigt und beruhigt? Wie ein entwöhntes Kind bei seiner Mutter, wie ein entwöhntes Kind ist meine Seele in mir.*

Eine gesunde Einfachheit unseres Herzens macht uns frei von vielen belastenden Gedanken und Nebenzielen. Unsere Seele wird ruhig. Sie kann sich entspannen. Sie zerreißt sich weder im Verlangen eines hohen Zieles, das fernab unseres Horizonts liegt, noch wird sie von einem solch überspannten Ziel auf's Glatteis geführt. Sie verzettelt sich nicht in vielen eigensüchtigen Zielen und Wünschen, die sich nicht selten widersprechen, sondern hat ein einfaches Hauptziel: Von ganzem Herzen Gott zu dienen (Mt 22,37).

Die Seele eines solchen Menschen kommt zur Ruhe, zumal sie im mächtigen Strom von Gottes Kraft und Bewahrung mitschwimmen darf, da sie sich an Gottes Hauptziel orientiert (Mt 6,33).

Wir(!) sind also verantwortlich dafür, dass unsere Seele zur Ruhe kommt. Wir(!) haben die "Mutterverantwortung" für unsere Seele. Übernehmen wir sie doch.

So kommen wir zur Schlussfolgerung: Wenn wir uns in gesunden Grenzen bewegen, kommen wir zur Ruhe. Diese Ruhe wiederum lässt uns immer wieder neu zu Kräften kommen. Wir können uns den Herausforderungen des Lebens besser stellen.

*Mt 6,33: Trachtet aber zuerst nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit, und dies alles wird euch hinzugefügt werden.*

*Mt 22,37: Er aber sprach zu ihm: "Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben mit deinem ganzen Herzen und mit deiner ganzen Seele und mit deinem ganzen Verstand."*