

Wie das Leben wieder jung wird, wie ein Adler

Eine Auslegung des Psalms 103

ERF-Ansprache von Andreas Hornung aus Glauchau vom 6. 7. 2025 in der Sendereihe „Bibel-heute“

Der Psalm 103 gehört mit zu den bekanntesten Psalmen.

In der Lutherbibel trägt er die Überschrift: Das Hohelied der Barmherzigkeit Gottes.

Er stammt von David (Vers 1), dem die Hälfte der Psalmen zugeschrieben werden.

„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.“ (Verse 1-2)

Mit diesen Worten des Aufrufs an die eigene Seele beginnt der Psalm.

David ermuntert sich förmlich selbst.

„Gott loben zieht nach oben!“ und „Danken schützt vor Wanken!“,

sind alte Weisheiten, die zu Sprichwörtern geworden sind.

Diese Art von Konditionierung durch Selbst-Einsprachen findet man immer wieder in der Bibel.¹

Der menschliche Geist gibt der Seele Befehle – sonst macht die Seele was sie will.

Oft ziehen uns unangenehme Erlebnisse emotional derartig runter, dass ein „schlechter Tag“ viele glückliche Tage vergessen lässt.

Deshalb lautet Davids Befehl an seine angeschlagene Seele:

„Vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat.“

Diesen Aufruf gegen das Vergessen all des Guten,

das Gott in unserem Leben bereits getan hat, zieht sich ebenfalls durch die ganze Bibel:

Wir sollen uns die Großtaten Gottes uns immer wieder vor Augen führen² –

all die Wunder, die wir bereits erlebt haben, die Zusprüche und prophetischen Worte, die Gott uns ganz persönlich gesagt hat.

All das muss aufgeschrieben und sorgsam verwahrt werden:

Das sind die Perlen, von denen Jesus spricht,

die man nicht vor die Schweine werfen darf,³

weil sie nur für MICH bestimmte Kostbarkeiten sind.

So wie Gott Seine Macht nicht nur einmal in der Vergangenheit bewiesen hat, so wird Er sie auch in Zukunft erweisen.

¹ beispielsweise in Hebr 13,5-6; Ps 27,8

² 1Petr 2,9

³ Mt 7,6

Und dann zählt David auf, was Gott ihm alles Gutes getan hat:
 „der dir alle deine Sünde vergibt und heilet alle deine Gebrechen“ (Vers 3).

Vergebung reinigt die Seele von allen Altlasten und all den Verletzungen der Vergangenheit,
 die uns oft so missliebig, frustriert und empfindlich machen.
 Gottes vergebende Liebe heilt unsere Seele in der Tiefe aus
 und gibt uns einen Frieden, den die Welt nicht geben kann -
 den uns aber die Welt auch nicht nehmen kann - die Seele kommt zur Ruhe.⁴

„Und heilet alle deine Gebrechen“ heißt,
 dass auch körperliche Heilung ins Leben kommt, wenn wir unsere Seele aufräumen;
 denn viele Krankheiten sind psychosomatisch verursacht.
 Gott sagte bereits dem Mose: „Ich bin der Herr, dein Arzt.“⁵

Und dann lesen wir (im Vers 4): „der dein Leben vom Verderben erlöst“ -
 wörtlich heißt es: „aus der Grube erlöst“;
 das heißt aus Situationen der Hoffnungslosigkeit und des völligen Ausgeliefertseins.
 Er zog mich heraus aus der Grube, aus Schlamm und Morast,
 und stelle meine Füße wieder auf festen Grund, heißt es in Psalm 40, Vers 3.

Haben Sie so etwas schon einmal erlebt, wie Gott Sie aus solch einer Grube der
 Aussichtslosigkeit herausgezogen hat,
 und Ihnen wieder festen Grund im Leben gab?

Wer das erlebt hat, kann sagen (wie es im Vers 4 heißt):
 „der dich krönt mit Gnade und Barmherzigkeit“.
 Das beschreibt die völlige Wiederherstellung und Rehabilitierung,
 nach Zeiten der Verkennung und der ungerechten Behandlung.⁶
 Gott vermag im Handumdrehen die Verhältnisse umzukehren
 und herabgesetzte und unbeachtete Menschen zu krönen,
 das heißt zu erheben und in Anerkennung zu bringen.

Wer solche Gnaden erfährt, dessen „Mund wird wieder fröhlich“ (wie es im Vers 5 heißt) -
 er „wird wieder jung wie ein Adler“.
 Gott vergibt, heilt, erlöst, rehabilitiert, Er krönt, Er erfüllt und verjüngt seine „Frommen“
 (Vers 11) oder „die ihn fürchten“ (Vers 13), „die seinen Bund halten und seine Weisungen
 beachten“ (Vers 18) - kurzum: die Ihm ihr Vertrauen schenken,
 trotz aller Widrigkeiten des Lebens.

4 Joh 14,27; Mt 11,28-30

5 Ex 15,26

6 Lk 1,52 Luther

Aber wie ist dieses Bild vom Adler zu verstehen?

Ein Adler wird ca. 40 Jahre alt. Mit zunehmenden Alter werden sein Schnabel und seine Krallen immer stumpfer und das Federkleid schmutziger und schwerer. Um wieder fit zu werden, muss er sich seine Federn ausreißen und seinen Schnabel und die Krallen abwetzen, dass alles wieder erneuert wird.

Auch wir brauchen einen grundlegenden Verjüngungsprozess: Das schmutzige und schwer gewordene Federkleid muss weg!

Die Krallen und der Schnabel müssen wieder geschärft werden.

Seelsorge ist angesagt!

Wir alle brauchen Menschen, die uns verständnis- und liebevoll an die Hand nehmen und durch diesen geistlichen Erneuerungsprozess mit viel Geduld hindurchführen. Hinterher fühlt man sich dann wie neu geboren.

Und dann heißt es (im Vers 10): „Er handelt nicht mit uns nach unseren Sünden und vergilt uns nicht nach unserer Missetat.“

Es gibt Menschen, die das Gefühl haben,

dass Gott sie nicht mehr liebt, wenn sie etwas Schlechtes getan haben.

Schwere Gedanken und Verdammnis-Gefühle sind die Folge.

Die Wahrheit ist hingegen, dass Gott Seine Kinder immer liebt,

egal ob sie Gutes oder Schlechtes tun. Wir lieben doch unsere Kinder auch trotz ihrer negativen Eigenschaften und Mängel.

Solche falschen Gottesbilder blockieren unsere geistliche Entwicklung.

Sowie wir Gott als einen barmherzigen, gnädigen, gütigen und geduldigen Vater kennenlernen (so wie es im Vers 8 geschrieben steht),

wird dies alles in unserem Leben verändern

Darum, bitten Sie Gott, dass Er Ihnen Seine Liebe zeigt, die Er zu Ihnen ganz persönlich hat.⁷

Diese Herzenserkenntnis, verbunden mit einer seelsorgerlichen Erneuerung, wird Ihr Leben wieder jung machen wie einen Adler.

⁷ Vgl. Eph 3,16-19; 1Joh 4,16; Dtn 1,31; 8,2-5; Lk 15,20; Jes 49,14-16; 65,2; 54,10.7.8; Jer 31,20.3; Hos 11,4.4.7-9!