

Echte Zufriedenheit finden

THEMENVORSCHLAG FÜR
EINE KLEINGRUPPE MIT
INTERAKTION:

-  **NACHLESEN**
-  **AKTION**
-  **FRAGEN**
-  **AUSTAUSCH**

Eine Entdeckungsreise durch Psalm 23

**Auch online
verfügbar:**

www.KGT.lgv.org

WAS BEDEUTET EIGENTLICH ZUFRIEDENHEIT?

„Wer innerlich zufrieden ist, verfügt über eine positive Grundstimmung.“

Doris Wolf, Psychotherapeutin

„Wer nicht kann, was er will, muss das wollen, was er kann. Denn das zu wollen, was er nicht kann, wäre töricht.“

Leonardo da Vinci

„Zufriedenheit bedeutet, innerlich ausgeglichen zu sein und nichts anderes zu verlangen, als man hat, oder mit den gegebenen Verhältnissen, Leistungen oder Ähnlichem einverstanden zu sein“

Definition bei Wikipedia



.....
Welches Zitat finden Sie (nicht) zutreffend? Warum?
Wie würden Sie Zufriedenheit beschreiben?
Wie zufrieden sind Sie auf einer Skala von 1-10? Tauschen Sie sich darüber aus und begründen Sie ihre persönliche Einschätzung!
.....

Sind Sie immer zufrieden? Es ist vermutlich eine Illusion, wenn wir denken, dass wir immer zufrieden sein könnten. Ja, manchmal braucht es eine Unzufriedenheit, damit wir Missstände in unserem Leben, in der Gemeinde und Gesellschaft aktiv angehen. Es gibt Dinge, die können und müssen wir ändern. In der Bibel finden wir Beispiele, wie eine solche Art von Unzufriedenheit der Ausgangspunkt für positive Veränderung war. Denken sie zum Beispiel an die Versorgung der Witwen in der Jerusalemer Urgemeinde (vgl. Apg 6,1-7).

Doch es gibt auch eine zerstörerische Unzufriedenheit, die lähmt, die mutlos macht, weil sie uns selbst und unsere Beziehungen zerstört. Ich denke hier zum Beispiel an das Volk Israel bei der Wüstenwanderung (vgl. 4Mo 14,27). Diese Art von Unzufriedenheit hat mit dem eigenen Herzen zu tun und braucht innere Veränderung.

Unsere Zufriedenheit wird oft durch äußere Faktoren beeinflusst. Doch zuerst hat Zufriedenheit etwas mit unserem eigenen Denken zu tun. Darum gibt es auch diese höchst zufriedene Menschen, die eigentlich von ihrem äußeren Ergehen gar keinen Grund dazu haben dürften. Wo setzen wir die Messlatte, ab wann wir zufrieden sind? Was brauchen wir wirklich, um zufrieden sein zu können? In Psalm 23 wollen wir heute auf Entdeckungsreise gehen:



.....

Lesen Sie gemeinsam Psalm 23.

Vielleicht haben Sie in Ihrer Runde verschiedene Übersetzungen vorliegen? Es kann sehr interessant sein, wenn man auf bekannte Texte in anderen Worten hört. Gönnen Sie sich diesen Luxus!

.....

Der Beter des Psalms ist König David. Als junger Mann sorgte er als Hirte für seine Schafe. Vielleicht hat er manchmal gedacht: „Meine Schafe haben es gut. Sie überlassen alle Sorge mir. Die Sorgen wegen wilder Tiere, die Sorge ums Futter und alle anderen Sorgen, für was ein Schaf sonst noch alles braucht.“ Doch dann hat David gemerkt: „Ich selbst habe ja auch so einen Hirten, der immer für mich sorgt!“

Wir wissen heute nicht in welcher Lebenssituation David diesen Psalm geschrieben hat. Aber als David kein Schafshirte mehr war, wurde er Hirte für das Volk Israel. Er wurde ein mächtiger und großer König. Eigentlich hätte David auch sagen können: „Ich bin mein Hirte!“ Aber David sagt: „Der Herr ist mein Hirte!“ Das heißt: „Ich habe die Herrschaft meines Lebens an einen anderen Hirten abgegeben, an einen guten Hirten, der für mich sorgt. Ihm will ich in allen Dingen vertrauen. Der Herr ist mein Hirte!“

Nun erzählt David, wie dies aussieht.



.....

Überlegen Sie kurz gemeinsam: Wo taucht Ihrer Meinung nach das Thema Zufriedenheit hier in Psalm 23 auf?

.....

1. KEIN MANGEL! ODER DOCH? (VERS 1)

„Der Herr ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln!“

David behauptet: „Wenn Gott an meiner Seite ist, erfahre ich keinen Mangel mehr!“



.....

Das ist eine steile Aussage. Aber stimmt das denn überhaupt? Hat es David niemals nicht an etwas gefehlt? Und stimmt das auch für uns Christen heute? Stimmt es in Ihrem Leben? Tauschen Sie sich über David und ihr Leben aus.

.....

Ja, König David hat gut reden. Er stieg auf der Karriereleiter ganz nach oben. Vom Hirtenjungen zum größten König in Israel. Er war reich. Na klar, wer ein Königreich hat wie David, dem wird nichts mangeln.

Aber stimmt das wirklich? Ist es nicht so, dass ein erfüllter Wunsch zehn neue Wünsche hervorbringt? Und selbst wenn wir alle unsere materiellen Wünsche befriedigen könnten, mangelt es wieder an anderen Dingen: an Gesundheit, an Menschen, die wir gerne bei uns hätten, an glücklichen Lebensumständen oder frohen Gedanken. So gesehen werden wir im Leben immer Mangel haben. Und das hatte David ja auch. Er kannte sonnige und trübe Tage in seinem Leben: Da war der Sieg über Goliath, aber auch die

persönliche Niederlage im Ehebruch mit Batseba. Er hatte einerseits hohes Ansehen und wurde dann doch wieder gejagt wie ein Verbrecher. Am Anfang von Saul und später von seinem eigenen Sohn Absalom. David konnte sich viele Wünsche erfüllen und doch blieb sein größter Wunsch unerfüllt. Er durfte den Tempel nicht bauen. Das hat Gott erst seinem Sohn Salomo erlaubt.

„Mir wird nichts mangeln“, das konnte David nur sagen, weil er seinem Hirten vertraute. Er vertraute dem guten Hirten, dass dieser ihm alles gibt, was er letztendlich wirklich braucht und nötig hat. Die Beziehung zum guten Hirten, zum lebendigen Gott, hat seinen Mangel ausgefüllt.

2. LEBENSFÜLLE (VERS 2-3a)

„Er weidet mich auf einer grünen Aue und führt mich zum frischen Wasser. Er erquickt meine Seele.“

Grüne Auen, frisches Wasser: hier können Schafe zufrieden weiden. Gibt es ein schöneres Bild für Lebensfülle und Zufriedenheit? David hat wohl in Gott diesen Hirten gefunden. Den Hirten, der ihn auf grüner Aue weidet und zum frischen Wasser führt. Den Hirten, der seinen Lebenshunger stillt. Jesus sagt: „Ich bin gekommen, damit sie das Leben und volle Genüge haben sollen“ (Joh 10,11).



.....

Welche Bilder kommen Ihnen bei diesem Vers in den Sinn? Wo können Sie am besten auftanken? Wie könnte die Beziehung zu Christus wieder zu einer „grünen Aue“ werden?

.....

David sagt: „Er erquickt meine Seele“. Die neue Genfer Bibel übersetzt: „Er stärkt und erfrischt meine Seele“ So wie ein Wanderer bei sommerlicher Hitze an einem Brunnen gestärkt wird, so benötigt auch unser innerer Mensch Stärkung und Erfrischung, die uns Gott in und durch sein Wort geben möchte und kann.

3. FÜHRUNG (VERS 3b)

„Er führet mich auf rechter Straße um seines Namens willen.“

Schafe sind naturgemäß orientierungslos. Sie würden sich ohne einen Hirten verlaufen. Die Aufgabe des Hirten ist es, den richtigen Weg zu zeigen. Dabei geht der Weg manchmal auch durch unwegsames Gelände.



.....

Wie lässt sich dieser Vers auf Ihren Alltag übertragen? Wo haben sie Gottes Führung in Ihrem Leben (erst kürzlich) erlebt? Welche Bedeutung bekommt der Vers im Blick auf das Thema „Zufriedenheit“?

.....

David hat nie behauptet, dass die Wege Gottes immer glatt und bequem sind. Manche Wege sind sogar absolut herausfordernd. Aber der gute Hirte führt „auf rechter Straße“.

Er macht es „um seines Namens willen“. Viel wichtiger als ein gemütlicher Weg ist, dass der Weg ans Ziel führt. Nicht alle unsere Lebenswege können wir überblicken, aber wir dürfen dem guten Hirten vertrauen.

4. GEBORGENHEIT (VERS 4)

„Und ob ich schon wanderte im finsternen Tal, fürchte ich kein Unglück. Denn du bist bei mir, dein Stecken und Stab trösten mich.“

Der Lebensweg von uns Menschen beinhaltet unterschiedliche Abschnitte, die aber immer eben auch dazu gehören. Hier im Psalm 23 ist von den grünen Auen und vom finsternen Tal die Rede.



Lesen Sie in Ergänzung zu diesem Gedanken einmal Prediger 3,1-8. Auch hier werden die unterschiedlichen Zeiten des Lebens sehr anschaulich deutlich!

Auch David verschweigt die schwierigen Lebensphasen nicht. Sie gehören dazu. Zufrieden kann werden, wer gelernt hat, auch diese Zeiten als ein Teil seines Lebens anzunehmen, um sie gemeinsam mit dem guten Hirten zu bewältigen. Die Geborgenheit liegt also nicht darin, dass man die unangenehmen Lebensphasen vermeiden könnte, sondern darin, dass der gute Hirte immer dabei ist.

Die Wirkungsgeschichte von Psalm 23 zeigt, wie viele Menschen gerade durch diesen Bibeltext ermutigt wurden. Menschen, die um ihres Glaubens willen verfolgt wurden, wählten das Bild vom guten Hirten sogar als ihr Erkennungszeichen! Man fand es bei den sterbenden Hugenotten in Frankreich und in den Katakomben in Rom.

Das ist heute nicht anders. Dabei ist es nicht entscheidend, wie das dunkle Tal aussieht. Entscheidend ist das andere: „denn du bist bei mir!“ Der Hirte lässt seine Schafe nicht im Stich. Erst recht nicht im angstvollen Dunkeln. Seine Nähe bedeutet Trost und Geborgenheit.

5. FRIEDE (VERS 5a)

„Du bereitest vor mir einen Tisch im Angesicht meiner Feinde.“



Was geht Ihnen bei diesem Vers durch den Kopf? Wie kann man zum Essen einkehren, wenn die Feinde vor der Tür stehen?

Wir würden sagen: „Das geht doch nicht!“ Entweder es herrscht Friede und wir können gemütlich bei Tisch sitzen und essen oder wir werden bedroht. Im Angesicht der Feinde vergehen doch Hunger und Ruhe, die man zum Essen braucht. Aber nun steht hier: „Du bereitest vor mir einen Tisch im Angesicht meiner Feinde“. Warum also ein gedeckter Tisch im Angesicht der Feinde? Es ist ein bildlicher Ausdruck für die Gemeinschaft mit Gott, die wir Christen inmitten der täglichen Bedrohungen und All-

tagsnöte erleben dürfen. Wir können einkehren bei unserem guten Hirten und mitten in den Stürmen des Lebens zur Ruhe finden.



Haben sie diese Erfahrung in Ihrem Leben auch schon gemacht? Erzählen Sie Ihrer Gesprächsrunde davon!

6. LIEBE (VERS 5b-6a)

„Du salbst mein Haupt mit Öl und schenkst mir voll ein. Gutes und Barmherzigkeit werden mir folgen mein Leben lang.“

Die Salbung mit kostbaren und wohlriechenden Ölen war eine Sitte aus damaliger Zeit. Damit brachte man Liebe und Wertschätzung zum Ausdruck. Genau das hat David auch in der Gemeinschaft mit Gott erlebt.



Wie würden wir heute Liebe und Wertschätzung zum Ausdruck bringen?

Der Theologe und Alttestamentler Helmut Lamparter hat diesen Vers so übersetzt: „Gutes und Liebes jagen mir nach“. Beim Nachjagen denkt man eigentlich an einen Verfolger, der Böses will. Aber David erlebt das umgekehrt. Nicht Hass und Bosheit jagen ihm nach, sondern Gottes Güte und Liebe. Er fühlt sich geradezu verfolgt von der Liebe und Barmherzigkeit Gottes. Und das obwohl er genügend Niederlagen und dunkle Täler erlebt hat.

7. ENTSCHLUSS (VERS 6b)

„Ich werde bleiben im Haus des Herrn immerdar.“

David's Entschluss steht fest. Bei diesem Hirten will ich bleiben: FOREVER! Für immer!



Wussten Sie schon: Zufriedenheit kann geübt werden! Notieren Sie sich jetzt im Stillen kurz ein paar Dingen, für die Sie Gott dankbar sind. Beschließen Sie den Abend mit einer Gebetsgemeinschaft, in der Sie für das Gute danken, das Gott auch in Ihr Leben hineingelegt hat. Danken Sie aber nicht nur für Gottes Gaben, danken Sie auch für Gott selbst und für das, was Er für Sie persönlich ist (oder sein will), so wie es heute in Psalm 23 gehört haben.



Wie zufrieden sind Sie auf einer Skala von 1-10? Was hat sich geändert im Vergleich zum Anfang des Abends?



HARTMUT TÄUBER

... ist seit 2018 LGV-Gemeinschaftspastor im Bezirk Emmendingen. Davor war er als Verkündiger im AB-Verein tätig. Hartmut ist verheiratet mit Ingrid.