

## I.

„Ich lerne neue Wörter, die orange Schwimmwesten tragen.“ Dieses Bild von Nora Gomringer hat es mir angetan. Sofort sehe ich die Schlauchboote vor mir, überfüllt mit Menschen, für die der Weg über das Meer der letzte Ausweg ist. Und eine große Hoffnung. Viele tragen orange Schwimmwesten. Und nicht wenige werden Worte im Herzen tragen, an die sie sich klammern, wenn Meer und Schiff und Weste keinen Halt mehr geben. Wörter, die orange Schwimmwesten tragen. Wörter und Sätze wie „*Der dich behütet, schläft nicht*“ „*Er wird deinen Fuß nicht gleiten lassen*“. Wörter, die selber Schwimmwesten sind, Rettungsanker, die helfen zu überleben. An denen Menschen sich festhalten können. „*Der dich behütet, schläft nicht.*“ Zusagen, gewonnen aus der Erfahrung, dass Gott geholfen hat. Die gelten, auch wenn die gegenwärtige Erfahrung dagegen spricht.

## II.

Der 121. Psalm ist ein Wallfahrtslied. Er wurde gesungen auf dem Weg nach Jerusalem. Dabei richtete sich der Blick fast automatisch nach oben zur Stadt auf dem Zion. Auf den Tempel, der die Anwesenheit Gottes versprach.

Woher kommt mir Hilfe? Von dort oben: *Meine Hilfe kommt vom Herrn, der Himmel und Erde gemacht hat.*

Die bergige Gegend um Jerusalem herum war gefährliches Gelände. Aggressive Tiere, Überfälle durch Wegelagerer, tiefe Schluchten, die niemanden mehr hergaben, der achtlos in sie hinein gefallen war.

Die Wallfahrer waren sich dieser Gefahr bewusst. Und mussten hindurch.

Mit diesen Wörtern, die orange Schwimmwesten tragen. Wörtern zum Glauben und Wörtern zum Tun.

*Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen.*

Das ist ein bewusstes Tun. Der Körper richtet sich auf, der Kopf wird angehoben, die Augen richten sich aus.

Schon diese Bewegung, die ich selber vollziehe, ist Teil der Hilfe, nach der ich schaue. Schon diese Bewegung ist Ausdruck der Hoffnung, dass Hilfe kommen kann. Dass der Gott, der im Erschaffen der Welt das Chaos gebannt hat, diese meine überschaubare Situation jetzt auch im Griff hat.

Im Lukasevangelium wird diese Bewegung als Ausdruck von Hoffnung und Vertrauen wieder aufgegriffen. Dort heißt es mitten in der Schilderung der Erschütterungen der Endzeit:

*Seht auf und erhebt eure Häupter, weil sich eure Erlösung naht. (Lk 21, 28).*

Auch hier der bewusste Akt des Aufsehens und sich Aufrichtens, mitten in verstörendem und beängstigendem Geschehen.

Wer diese Bewegung bewusst nachvollzieht, wird merken, dass dieses äußere Tun auch die innere Haltung verändert. Im aufrechten Gang und mit nach oben gerichtetem Blick fällt Angst ab. Ganz zu schweigen von schwermütigen Gedanken und Resignation. Es hilft, sich aufzurichten und mit der äußeren Haltung die innere zu beeinflussen.

Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen und frage: Woher kommt mir Hilfe?

### III.

*Meine Hilfe kommt vom Herrn, der Himmel und Erde gemacht hat.*

Wieder Wörter, die orange Schwimmwesten tragen. Und: Die wohl kürzest mögliche Zusammenfassung der biblischen Schöpfungsgeschichte. Im

Hebräisch steht dort wörtlich: „Meine Hilfe kommt von Adonai, Himmel und Erde machend.“ Die Schöpfungsgeschichte ist hier nicht als abgeschlossen gedacht. So wie sie im ersten Buch der Bibel auch nicht aufgeschrieben ist als ein abschließender Bericht. Die Schöpfungsgeschichte berichtet, wie Gott die Welt ordnet. Am Anfang herrschte ein Tohuwabohu. In sechs Tagen ist es Gott gelungen, dieses zu ordnen, Darin steckt die Zusage: Es wird auch wieder gelingen.

*Meine Hilfe kommt vom Herrn, der Chaos ordnen und Stürme beruhigen kann, der die Grundfesten geschaffen hat, auf denen ich stehe.*

Schwimmwestencharakter bekommt dieser Satz, wenn er inwendig in mir wohnt; wenn er da ist, wenn ich ihn brauche, weil ich ihn verinnerlicht habe.

Dorothee Sölle empfiehlt, täglich einen Psalm zu essen. Sie schreibt:

*„Die Psalmen sind für mich eins der wichtigsten Lebensmittel. Ich esse sie, ich trinke sie, ich kaue auf ihnen herum, manchmal spucke ich sie aus, und manchmal wiederhole ich mir einen mitten in der Nacht. Sie sind für mich Brot. Ohne sie tritt die spirituelle Magersucht ein, die sehr verbreitet unter uns ist und oft zu einer tödlichen Verarmung des Geistes und des Herzens führt. .... Eßt die Psalmen, jeden Tag einen. Vor dem Frühstück oder vor dem Schlafengehen, egal. Haltet euch nicht lang bei dem auf, was ihr komisch oder unverständlich oder böse findet, wiederholt euch die Verse, aus denen die Kraft kommt. .. Findet euern eigenen Psalm. Das ist eine Lebensaufgabe.“<sup>1</sup>*

*Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen. Woher kommt mir Hilfe? Meine Hilfe kommt vom Herrn, der Himmel und Erde gemacht hat. Das ist Hilfe zur Selbsthilfe; hilft, mich aufzurichten und an die Stärke Gottes zu erinnern.*

#### IV.

---

<sup>1</sup> Dorothee Sölle, Das Lesebuch, hg. v. Ursula Baltz-Otto, Stuttgart 2004, S. 54

Es hilft, wenn ich mir selbst Mut zusprechen kann. Wichtiger ist es aber, von andern ermutigt und gesegnet zu werden. Genau dies passiert jetzt.

Im Psalm wechselt die Anrede. Jetzt hört der Beter oder die Beterin:

*Er wird deinen Fuß nicht gleiten lassen, und der dich behütet, schläft nicht. Siehe, der Hüter Israels schläft noch schlummert nicht.*

Nach der eigenen Erinnerung an die Schöpferkraft Gottes folgt jetzt die Erinnerung an die nicht endende Präsenz und Wachheit Gottes. –sie gilt mir. Der Hüter schläft nicht. Rund um die Uhr ist er da und ansprechbar.

Nora Gomringer hat uns auf wunderbar anrührende Weise mit hineingenommen in ihre Nachterlebnisse, wenn die meisten Menschen schlafen. Gott wacht weiter. Die Worte zwischen Liebespaaren nimmt er wahr, genauso wie die Gebete der Kinder und die letzten Worte Sterbender, wenn der Mond sie in seine Krater einlässt.

Psalm 121 wird im Neuen Testament nirgends zitiert. Aber er ist ständig präsent. Denn diesem ständig wachen und bewegten Lebensstil Gottes entspricht das unentwegte Umherziehen des Wanderpredigers aus Nazareth, der von sich selber sagt, dass er weder Nest noch Bau für sich habe.

*Der Hüter schläft nicht.* Er ist da und ansprechbar. In gewisser Weise sind diese Worte eine Provokation, weil sie sich oft nicht mit der Erfahrung der Menschen decken. Zu viele gegenteilige Erfahrungen, zu viele herzerreißende Schreie von Menschen, die an der Erfahrung der Abwesenheit Gottes leiden, sprechen dagegen. So zu beten ist eine Provokation für jedes wache Herz! Und so zu beten ist eine Provokation, ein Zuruf zu Gott hin: „*Wache Gott! Hüte Gott! Bewahre uns Gott! Vor den Folgen unserer eigenen Vergehen, aber auch vor dem Bösen, das wir erleben müssen, ohne es uns erklären zu können.*“

*Der Hüter schläft nicht.* Manchmal muss ich dies gegen die eigene Erfahrung glauben und das Vertrauen in den wachen Gott bewusst anziehen wie die orange

Schwimmweste auf See. *Der Hüter schläft nicht.* Gut, wenn mir dieser Satz von den Glaubensgeschwistern gesagt wird. Dann kann ich mich bergen in der Erfahrung der andern. Das hilft, das eigene Vertrauen zu stärken.

## V.

Dem Hüter, rund um die Uhr, folgt das Bild des Schattens über meiner rechten Hand. Die rechte Hand wird in rabbinischer Auslegung erkannt als die Tat-Hand. Als aktive Hand. Der Schatten über der aktiven Hand lässt sich verstehen als Kraft, die das eigene Tun in den Schatten stellt. Die in gut reformatorischer Tradition davor warnt, die eigene Erlösung von der eigenen Tat zu erwarten. Oder ich verstehe dieses schöne Bild als den Schutz, den dieser Schatten meiner Hand bietet vor dem Brennen der Sonne und dem Stechen des Mondes.

Hier in der Kirche am Hohenzollernplatz findet das Bild eine Entsprechung in dem Farbzauber der Kirchenfenster, die ihren Glanz über uns Menschen, die wir diese Kirche bevölkern, legen. Wie eine dünne Membran schützen die Fenster uns vor dem Draußen. Sie brechen die Härten. Sie lassen das Licht und die Sonne nicht in ihrer Härte und versengenden Energie in diesen Raum, sondern brechen sie so, dass in ihnen der göttliche Schatten als Schutz über uns liegt. Das nun göttlich gewandelte Licht wandelt auch uns, lässt uns etwas ahnen von der Heiligkeit des Schöpfers, Hüters und Schattenspenders. Und lässt uns geborgen sein an diesem wunderbaren Ort.

## VI.

Der Psalm endet mit *Segensworten*. Manche Ausleger vermuten deshalb, dass der Psalm als Wallfahrtslied seinen Ort vielleicht doch eher im Tempel hatte. Nicht auf dem Weg zum Tempel, sondern am Ende der Wallfahrt vor dem gleichermaßen gefährlichen Rückweg durch die Jerusalem umgebenden Berge. War er eine Entlassungszeremonie an den Toren des Heiligtums? Ein Reisesegen, der nach der Erinnerung an das eigene Bekenntnis und den Glauben

der Geschwister, den Pilgernden zugesprochen wurde und sie in die Heimat begleitete?: *Der Herr behüte dich vor allem Übel, er behüte deine Seele. Der Herr behüte deinen Ausgang und Eingang von nun an bis in Ewigkeit.*

Wo das Loslassen schwer wird oder die Angst groß ist vor dem, was kommen könnte, wird Gott in besonderer Weise gebeten, Seelenhüter zu sein, die eigene Seele gut in die neue Zeit zu bringen und vor allem Bösen zu schützen. Auch all unsere Übergänge, all die kleinen und großen Abschiede und Neuanfänge unseres Lebens sind der besonderen Obhut Gottes anempfohlen.

Neue Wörter, die orange Schwimmwesten tragen. Auch dieser Segen zum Schluss.

Der Wallfahrer trägt sie nun, die orange Weste. Der Psalm ist durchgekaut. Erfahrungsgesättigt. Und hört sich am Ende vielleicht anders an. Wie in der Übertragung von *Huub Osterhuis*, mit der ich schließen will. So wandelt sich ein Psalm, wenn er ein Leben lang „gegessen“ wurde:

„Kommst du hoch von den Bergen, mir zu helfen – was sehen meine Augen?

Den Schöpfer von Erde und Himmel, meinen Helfer,  
das weiß meine Seele, das weiß mein Fuß, der nicht wankt.

Er wird nicht schlafen, Israels Hüter.

Er wird mich hüten, ich geh in seinem Schatten:

Kein Sonnenstich am Tag, und nachts keinen Schlag vom Mond.

Er wird deine Seele bewahren, ist mir gesagt.

Ich gehe meinen Weg, komm sicher an.

Mein Helfer ist der Name, der Schöpfer von Himmel und Erde.<sup>2</sup>“

Amen.

---

<sup>2</sup> Huub Osterhuis, Psalmen, Freiburg 2014, S. 253