

Medizin für die Seele

Psalm 103,2

EG 289,1-3

Was nehmen Sie für Medizin?

Wogegen oder wofür?

Wie oft?

Manche Medizin hat Ihnen ein Arzt verordnet.

Manche verordnen wir uns selber, weil wir wissen oder denken, dass sie uns gut tut.

Medizin enthält Stoffe, die im Körper wirken.

Kranke Körper brauchen Medizin.

Wir Menschen sind nicht nur Körper.

Wir haben auch eine seelische und geistliche Dimension,

haben eine Seele und einen Geist.

Und wenn die krank sind?

Helfen da auch Pillen und Tropfen?

Manchmal schon, weil Körper und Seele ganz eng zusammenhängen.

Wie können wir unser seelisches und geistliches Wohlbefinden beeinflussen?

Unser inneres Wohlbefinden hängt von unseren Gefühlen ab.

Nur lassen die sich nicht direkt beeinflussen.

Was wir beeinflussen können, ist unser Denken.

Und unser Denken hat Auswirkungen auf unsere Gefühle.

Was denken wir den ganzen Tag?

Es gibt so etwas wie ein automatisches Denken, ein Denken im Selbstlauf.

Das hat oft eine Tendenz ins Negative.

Warum?

Ein Fahrzeug fährt nur bergab von allein.

Das liegt am Schwerkraftgesetz.

Alles zieht es nach unten.

Es gibt auch so ein geistliches Schwerkraftgesetz:

Unser Denken und Fühlen zieht es leicht nach unten.

Zumindest, wenn wir es dem Selbstlauf überlassen.

Dazu gibt es viele Schadstoffe und Giftstoffe,

nicht nur für den Körper durch unsere kranke Umwelt

und gewisse Zusätze in Lebensmitteln,

sondern auch für die Seele.

Bitterkeit ist ein Gift, das uns zugrunde richtet.

Sorgen rauben die Kraft.

Viele negative Kräfte und Nachrichten nehmen uns die Freude und Zuversicht.

Dafür brauchen wir Gegenmittel und Gegenmaßnahmen.

Vielleicht muss man sich da selber eine Art geistliche oder seelische Medizin verordnen.

Und die muss man dann auch einnehmen.

Das erfordert Disziplin!

Denn ohne regelmäßige Einnahme wirkt die Medizin nicht.

Es nützt nichts, wenn wir nur um sie wissen

oder sie im Schrank oder auf dem Regal stehen haben.

Wir müssen sie nehmen, einnehmen, anwenden.

Manchmal muss man sich richtig dazu überwinden.

Schon König David wusste um diese Dinge.

Er hatte ein sehr bewegtes Leben das oft alles andere als leicht war.

Er musste mit vielem Negativem fertig werden.
Und da hat er sich selber eine Medizin verordnet:
Eine geistliche Medizin:
**Lobe den HERRN, meine Seele
und vergiss nicht, was ER dir Gutes getan hat.**

Diese Medizin besteht aus 2 Komponenten: Gotteslob und dankbares Gedenken.
Gotteslob baut den Menschen auf.

Und Dankbarkeit stärkt die inneren Abwehrkräfte.

Lobe den HERRN, meine Seele.

Man kann auch übersetzen: *Segne den HERRN, meine Seele.*

Im Englischen ist das eins: bless

Und im hebräischen Urtext auch: barak.

Gott segnet: Da fließt Gutes von Gott zu uns.

Wir segnen Gott: Da fließt Gutes von uns zu Gott, wir loben und preisen IHN.

So entsteht ein Segenskreislauf.

Bestimmte Dinge funktionieren nur im Kreislauf:

Der Wasserkreislauf, der Stromkreislauf, ein Heizungskreislauf.

Das heißt, es fließt immer etwas zurück.

Wenn der Rückfluss unterbrochen wird,
hört auch der Zufluss auf, da fließt nichts mehr nach.

Bitten und empfangen, so fließt uns Gottes Segen zu,

loben und danken, so fließt der Segen zurück

und so sind wir an den Segenskreislauf angeschlossen.

Gesegnete Menschen sind GOTT dankende,

GOTT lobende Menschen.

Lobe oder segne den HERRN meine Seele.

Das ist eine Selbstaufforderung.

Dazu muss man sich überwinden.

Wir fühlen uns oft nicht danach.

Aber ist GOTT nur lobenswert, wenn wir uns gut fühlen?

GOTT ist immer GOTT. D.h. GOTT ist immer gut und lobenswert.

Und deshalb gebührt IHN immer das Lob.

GOTTESlob bedeutet einfach, GOTT als GOTT anerkennen.

Du bist auch jetzt GOTT, wenn es mir schlecht geht und wenn ich vielleicht traurig bin.

Dir gebührt trotzdem mein Lob.

Und deshalb bringe ich es Dir.

Wer das tut, erfährt:

Wenn ich GOTT Gutes sage, geht es mir selber immer besser.

Das Gotteslob tut mir selber gut.

Es macht mich selber gesund.

Am Ende ist es gar nicht GOTT, der das nötig hat, sondern ich selbst.

Weil ich mich dadurch wieder auf GOTT ausrichte.

Und dann kann GOTTES Segen in mein Leben fließen!

**Lobe, segne den HERRN, meine Seele.
Und vergiss nicht, was Er dir Gutes getan hat.**

Nicht vergessen:

Vergesslichkeit ist nicht nur ein Problem im Alter
und hängt nicht nur an Alzheimer oder Demenz.

Das Gute, was Gott tut, vergessen auch alle anderen.

Nein, mach es Dir und GOTT gegenwärtig!

Und vergiss nicht, was Er dir Gutes getan hat.

Man kann übrigens auch übersetzen:

was ER dir hat reifen lassen!

vergiss nicht, was Gott am Baum der Entwicklung deiner Seele hat reifen lassen.

Das Gute ist nicht immer nur das, wo wir uns wohlfühlen

und was wir sofort genießen und als gut erkennen.

Gut tut uns auch manches andere, was uns reifen lässt und stark macht

und wo wir im Nachhinein erst merken: Das musste mir zum Besten dienen!

Haben wir noch solche Augenblicke, solche Erleuchtungen,

in denen wir so etwas feststellen?

Und halten wir das fest?

Da war doch schon vieles, was Gott mir Gutes getan hat,

ja, ER tut mir auch noch Gutes, sonst könnte ich gar nicht hier sein!

Lobe den HERRN, meine Seele

und vergiss nicht, was ER dir Gutes getan hat.

Diese Medizin kann sich jeder leisten, auch der, der kein Geld hat.

Und sie tut dem ganzen Menschen gut!

EG 289,4-5