

# Quelltor - Gottvertrauen

## Die Psalmen 42 und 43

Der dreimal wiederkehrende Refrain (Psalm 42, 6.12; 43, 5) lässt vermuten, dass die Psalmen 42 und 43 ursprünglich als Lied zusammengehörten.

Ps 42,1 Sehnsucht nach Gott (Von den Nachkommen Korachs, zum Nachdenken.)

Ps 42,2 Wie ein Hirsch nach frischem Wasser lechzt, so sehne ich mich nach dir, o Gott!

Ps 42,3 Ja, ich dürste nach Gott, nach dem lebendigen Gott. Wann darf ich in seinen Tempel kommen? Wann darf ich ihn anbeten?

Ps 42,4 Tag und Nacht weine ich, Tränen sind meine einzige Speise, denn ständig verspottet man mich und fragt: "Wo bleibt er denn, dein Gott?"

Ps 42,5 Es bricht mir das Herz, wenn ich an früher denke: Da ging ich dem großen Festzug voran und führte ihn zum Haus Gottes. Da konnte ich Gott zujubeln und ihm danken!

Ps 42,6 **Warum nur bin ich so traurig? Warum ist mein Herz so schwer? Auf Gott will ich hoffen, denn ich weiß: ich werde ihm wieder danken. Er ist mein Gott, er wird mir beistehen!**

Ps 42,7 Ich stehe auf dem Berg Misar im Hermongebirge. Hier im Ostjordanland, fern von deinem Tempel, denke ich voll Trauer an dich.

Ps 42,8 Von den Bergen stürzen Wildbäche tosend in die Tiefe. Mir ist zumute, als würden die Fluten mich mitreißen und fortspülen.

Ps 42,9 Tagsüber seufze ich: "Herr, schenke mir doch wieder deine Gnade!" Und nachts singe und bete ich zu Gott; er allein kann mir das Leben wiedergeben.

Ps 42,10 Gott, du bist doch mein einziger Halt! Warum hast du mich vergessen? Warum lässt du mich leiden unter der Gewalt meiner Feinde?

Ps 42,11 Ihr Hohn dringt mir ins Herz, wenn sie Tag für Tag fragen: "Wo bleibt er denn, dein Gott?"

Ps 42,12 **Warum nur bin ich so traurig? Warum ist mein Herz so schwer? Auf Gott will ich hoffen, denn ich weiß: Ich werde ihm wieder danken. Er ist mein Gott, er wird mir beistehen!**

Ps 43,1 O Gott, verschaffe mir Recht und verteidige mich gegen die Menschen, denen nichts heilig ist! Befreie mich von diesen Lügnern und Betrügnern!

Ps 43,2 Du bist doch mein Beschützer. Warum lässt du mich jetzt fallen? Warum muss ich leiden unter der Gewalt meiner Feinde?

Ps 43,3 Gib mir dein Licht und deine Wahrheit! Sie sollen mich zurückführen zu deinem heiligen Berg, zu dem Tempel, wo du wohnst!

Ps 43,4 An deinem Altar will ich dich anbeten, will mich über dich freuen und dir zujubeln. Dankbar spiele ich dir auf der Zither, dir, meinem Gott!

Ps 43,5 **Warum nur bin ich so traurig? Warum ist mein Herz so schwer? Auf Gott will ich hoffen, denn ich weiß: ich werde ihm wieder danken. Er ist mein Gott, er wird mir beistehen!**

- Drei Mal schreibt der Psalmist von seinem traurigen, schweren Herzen!
- Drei Mal schreibt er, daß er auf Gott hoffen will! Dass er weiß, dass er ihm wieder danken wird! Denn Er ist sein Gott, er wird ihm beistehen!

- Wir müssen unsere Hoffnung IMMER auf den Herrn setzen, denn wir wissen nicht, was in diesem Leben auf uns zukommen wird!

An verschiedenen Stellen in der Bibel (1. Kor. 10,4) wird Jesus als der Fels, das feste Fundament, in unserem Leben beschrieben. Wir sollen in Ihm verwurzelt und gegründet sein (Kolosser 2,7). Die Bibel warnt uns sogar davor unsere Hoffnung nicht auf Menschen oder unsere Arbeit zu setzen, denn sie werden uns enttäuschen. Oder sogar auf unser eigenes Ego, unser eigenes Können zu setzen. Auch das kann schief gehen, denn glaubt mir, es kann passieren, dass du in Situationen gerätst, in denen du genau dasselbe wie der Psalmist hier sagst: **„Warum nur bin ich so traurig? Warum ist mein Herz so schwer? Auf Gott will ich hoffen, denn ich weiß: ich werde ihm wieder danken. Er ist mein Gott, er wird mir beistehen!“** Situationen in denen all deine eigene Kraft, dein eigenes Können und deine eigene Weisheit am Ende sind. (Pers. Stationen: Arbeit Grüne Branche, Gesundheit Rebekkahs, Jugendarbeit Suizidgefährdeter Jugendlicher übernachtet)

Wenn wir unsere Wurzeln fest um den Felsen Jesus geschlungen haben, dann sind wir auf der sicheren Seite! Niemand anderes ist so stabil und verlässlich wie Er!

Sei in Jesus fest verwurzelt und gegründet! Setze alle deine Hoffnung auf Ihn! Schenke ihm all dein Vertrauen! Er wird dich nicht enttäuschen. Er wird dich nicht verlassen noch versäumen! Er lässt dich nicht im Stich!

5Mo 31,6 HfA Seid mutig und stark! Habt keine Angst, und lasst euch nicht von ihnen einschüchtern! **Der Herr, euer Gott, geht mit euch. Er hält immer zu euch und lässt euch nicht im Stich!"**

5Mo 31,6 ELB Seid stark und mutig, fürchtet euch nicht und erschreckt nicht vor ihnen! **Denn Jehova, dein Gott, er ist es, der mit dir geht; er wird dich nicht versäumen und dich nicht verlassen.**

## Urvertrauen

Das Urvertrauen ist ein Begriff, der in Biosoziologie, Psychologie und Psychoanalyse verwendet wird. 1950 führt der Kinderpsychologe Erik H. Erikson das Konzept des „Basic Trust“ in seinem Werk „Childhood and society“ ein, das dann 1957 auf Deutsch mit dem Begriff „Urvertrauen“ arbeitet.

Nach Erikson erwirbt der Säugling im ersten Lebensjahr, ein Grundgefühl, welchen Situationen und Menschen er vertrauen kann und welchen nicht. Es erlaubt dem Menschen, seine Umwelt differenziert wahrzunehmen und zu beurteilen und gibt dem Erwachsenen später eine optimistische Zuversicht im Umgang mit der Welt. Der Erwerb eines soliden Urvertrauens ist wichtig für die Bewältigung der darauf folgenden Entwicklungsschritte und das Leben des Erwachsenen.

Auch heute stimmen Entwicklungspsychologen mit Erikson darin überein, dass in den ersten Lebensjahren die Weichen dafür gestellt werden, ob wir der Welt und den Menschen um uns herum tendenziell vertrauen oder eher nicht.

Urvertrauen entwickelt sich im sehr frühen Kindesalter durch die verlässliche, durchgehaltene, liebende und sorgende Zuwendung von Dauerpflegepersonen (zumeist den Eltern). Es verschafft die innere emotionale Sicherheit, die später zu einem Vertrauen in seine Umgebung und zu Kontakten mit anderen Menschen überhaupt erst befähigt. Urvertrauen ermöglicht eine Auseinandersetzung mit der sozialen Umwelt ohne Angst und Barrieren.

Es ist also die Grundlage für:

- Vertrauen auf sich selbst, Selbstwertgefühl, Liebesfähigkeit („Ich bin es wert, geliebt zu werden.“ „Ich fühle mich geborgen.“),
- Vertrauen in andere, in Partnerschaft, Gemeinschaft („Ich vertraue Dir.“ „Wir lieben uns.“, „Ich weiß mich verstanden und angenommen.“) und
- Vertrauen in das Ganze, in die Welt („Es lohnt sich zu leben.“)

Lieblosigkeit, Vernachlässigung oder Misshandlung können zu einer mangelhaften Ausbildung des Urvertrauens führen. Hiermit können Beziehungs- und Bindungsprobleme von Menschen erklärt werden. Folgestörungen können Misstrauen, Depressionen, Angstzustände, Aggressivität u. a. m. sein. (Obige Zeilen zu Urvertrauen © Wikipedia)

Warum erzähle ich euch das alles?

### Gottvertrauen aufbauen

Ich bin überzeugt davon, dass jedem von uns auf die eine oder andere Art manchmal das obig beschriebene Vertrauen fehlt. Ganz einfach weil wir in einer gefallen Welt mit fehlbaren Menschen aufgewachsen sind und leben.

Irgendwo auf unserem Weg sind wir vielleicht auch von Menschen enttäuscht worden. Oder von Organisationen. Dabei wird unser Herz verletzt, das wir im Vertrauen jemandem geöffnet haben.

Und weil es verletzt wurde, müssen wir nun eine Entscheidung treffen: werden wir wieder vertrauen oder schützen wir uns?

- Jahreslosung Hes 36,26 Schenke neues Herz / lege neuen Geist – steinerne / fleischarne Herzen.
- Einen Stacheldraht oder eine Mauer aufgebaut?
- Lernen neu zu vertrauen!
  1. Sich Gott anvertrauen und das Erlebte verarbeiten!
  2. Menschen vergeben! „Ketten der Vergangenheit zersprengen / lösen“
  3. Sich selbst vergeben! „Selbstvertrauen stärken / Minderwertigkeit ablegen“
  4. Mangelndes Urvertrauen durch Gottvertrauen ersetzen – „Identität als Kind Gottes“, „In Christus Sein“
  5. Gottes Herz kennenlernen und Gottvertrauen aufbauen!

Mt 11,28 Kommt alle her zu mir, die ihr euch abmüht und unter eurer Last leidet! **Ich werde euch Ruhe geben.**

Mt 11,29 Lasst euch von mir in den Dienst nehmen, und lernt von mir! Ich meine es gut mit euch und sehe auf niemanden herab. **Bei mir findet ihr Ruhe für euer Leben.**

Ps 52,11 **Herr, immer und ewig will ich dir danken für das, was du getan hast; vor allen, die dich lieben, will ich bezeugen, wie gut du bist! Auf dich vertraue ich!**