



# Intern

Studien • Bildung • Nachrichten

Jahrgang 16, Nr. 2  
18. Februar 2011

## Gottes Behandlungsmethode für Depression

*Gott ist unser Schöpfer, aber auch unser Arzt. An dem Fallbeispiel des Propheten Elia erkennen wir, wie Gott mit einem depressiven Menschen umgegangen ist.*

Von Paul Kieffer

### INHALT

Gottes Behandlungsmethode für Depression .....	1
David: ein Mann nach Gottes Herzen .....	5

Die Redaktion der Zeitschrift GUTE NACHRICHTEN verteilt Kurznachrichten zu diversen Themen durch den Kurznachrichtendienst „Twitter“: <http://twitter.com/GNorg>. Seit der Einrichtung unseres Dienstes haben sich 160 Personen als „Verfolger“ dieser Mitteilungen zum aktuellen Tagesgeschehen eingetragen.

Im Jahr 2010 verteilten wir 57.794 verschiedene Publikationen, ein neuer Jahresrekord. Damit erhöhte sich die Anzahl der verteilten Zeitschriften und Broschüren gegenüber dem Vorjahr um 11,2 Prozent. Im Monat November 2010 haben wir zum ersten Mal in einem Monat mehr als 9.000 einzelne Publikationen verschickt. Dabei machte der Versand von GUTE NACHRICHTEN und INTERN den Löwenanteil aus, aber es wurden auch ca. eintausend Broschüren verschickt.

Die nächste Ausgabe von INTERN erscheint am 18. März 2011.

**Vereinigte Kirche Gottes**  
**Postfach 30 15 09**  
**53195 Bonn**

Tel.: (0228) 9 45 46 36  
Fax: (0228) 9 45 46 37

Waren Sie niemals in Ihrem Leben schwer enttäuscht oder niedergeschlagen? Dann können Sie sich glücklich schätzen: Sie brauchen diesen Beitrag nicht zu lesen.

Da Sie jetzt weiterlesen, gehören Sie – wie ich – zu den Menschen, die in ihrem Leben solche Gefühle erlebt haben. Eigentlich erlebt so ziemlich jeder gelegentlich eine Phase der Niedergeschlagenheit – gedrückte Stimmung, Trübsinn, Schwermut, Trauer, Enttäuschung, auch das Gefühl der Unzulänglichkeit.

Nun, ich bin weder Arzt noch Psychologe oder Psychiater. Ich will diese Problematik auch nicht als Fachmann angehen, sondern als ein Diener Jesu Christi, der den Menschen bei der Überwindung ihrer Sorgen helfen will und mit ihnen darüber redet. Da ich auf diesem Gebiet kein Fachmann bin, werde ich mich laienhaft ausdrücken. Die Grundlage für meine Ausführungen sind die Erkenntnisse, die ich aus der Literatur zu diesem Thema gewonnen habe, und meine Erfahrungen aus einer 35-jährigen Tätigkeit als Prediger.

Anhaltende Niedergeschlagenheit – ja, Depression – ist ein Symptom bzw. ein Warnsignal, wodurch Körper oder Geist uns ankündigen, dass in unserem Inneren etwas vor sich geht, das der Aufmerksamkeit bedarf. Die Depression ist nicht selbst das Problem, sondern ist nur ein Symptom, das ein bestehendes Problem anzeigt – ein Wink, nach dem wirklichen Problem zu suchen, es zu finden und sich damit zu befassen.

### Ursachen der Depression

Was löst Niedergeschlagenheit aus? Sie geschieht nicht von selbst, sondern

wird verursacht. Zu den Hauptursachen gehören die folgenden acht Punkte:

- *Schlechte Ess- und Schlafgewohnheiten.* Der Körper braucht Nahrung und Zeit zur täglichen Regeneration. Wenn diese Grundbedürfnisse nicht befriedigt werden, ist der Mensch nicht voll leistungsfähig. Dadurch kann depressive Teilnahmslosigkeit entstehen. Bei Studenten kommt das manchmal vor, weil sie aufgrund gesellschaftlicher Aktivitäten und Klausurvorbereitungen unter Zeitdruck stehen. Es kommt aber auch bei älteren Menschen und Alleinstehenden vor, denen „es keinen Spaß macht, nur für sich selbst zu kochen“. Auch Armut kann der Grund für unzureichende Ernährung sein, die zu Depressionen führt.

- *Reaktion auf Medikamente (toxische Depression).* Die meisten Medikamente können Nebenwirkungen der einen oder anderen Art haben. Deshalb gibt es bei jedem Rezept den Rat, die Packungsbeilage zu lesen. Selbst die gebräuchlichen Mittel gegen Erkältungen können bei bestimmten Menschen Nebenwirkungen haben.

Man sollte vorsichtig sein und kompetenten ärztlichen Rat einholen, statt zu versuchen, sich mit allen möglichen rezeptfreien Heilmitteln selbst zu kurieren. Manche Menschen, bei denen die chemischen Vorgänge im Körper aus dem Gleichgewicht geraten sind, reagieren auf gewisse Speisen mit Unverträglichkeit. Wir alle haben beispielsweise von der Hypoglykämie (Blutzuckerarmangel) gehört.

- *Bedeutende Veränderungen in den Körperfunktionen.* Solche Veränderungen können der Anstoß für Depressionen sein. Dazu gehören auch solche normalen körperlichen Veränderungen wie die Wechseljahre, die körperliche ►

Umstellung des Hormonhaushalts nach einer Geburt und sogar der normale Menstruationszyklus.

• **Unterdrückter Zorn.** Zorn zur rechten Zeit und im richtigen Maße kann durchaus nützlich sein. Doch Zorn kann auch sehr negativ und zerstörerisch wirken, wenn man ihn verinnerlicht. Dann kann er zu Hass werden. Deshalb warnt uns die Bibel: „Zürmt ihr, so sündigt nicht; lasst die Sonne nicht über eurem Zorn untergehen“ (Epheser 4,26; alle Hervorhebungen durch uns). Mit anderen Worten: Speichert Zorn und Groll nicht in eurem Innern, bis er zu selbstzerstörerischem Hass wird.

• **Kummer oder Verlust.** Das ist wahrscheinlich eine der häufigsten Ursachen für Depressionen. Für eine interessante Untersuchung wurden Amerikaner befragt, welche persönlichen Schicksalsschläge sie am meisten fürchten. Ihre Antworten geben die zehn Hauptursachen für Kummer und die daraus resultierenden Depressionen wieder: Verlust eines Kindes, Tod des Ehepartners, Freiheitsentzug, Untreue des Ehepartners, größere finanzielle Schwierigkeiten, geschäftlicher oder gesellschaftlicher Misserfolg, Arbeitslosigkeit, Fehlgeburt, Ehescheidung, Trennung der Ehepartner. Das alles sind Situationen, die Sorgen bzw. Kummer mit sich bringen können.

• **Selbstmitleid und Schuldgefühle.** Damit meine ich nicht einfach die flüchtige Enttäuschung über einen Fehlschlag in einer unwichtigen Angelegenheit. Gemeint ist das mittel- oder langfristige Versinken in Selbstmitleid. Diese Art Selbstmitleid entspringt meistens einer sehr negativen Selbsteinschätzung und einer ebenso negativen bzw. zynischen Meinung im Allgemeinen über die Welt und das Leben. Wenn alles und jedes als erbärmlich und grundschlecht empfunden wird, ist die Folge oft Verzweiflung.

Bei dieser Grundhaltung ist es dann überhaupt kein Wunder, wenn auch die Zukunft trübe und entmutigend erscheint. Freilich lehrt die Bibel das Gegenteil: Als Christen gehen wir einer glänzenden, wunderbar anregenden, sicheren Zukunft entgegen, wenn wir unsere Hoffnung auf Gott und auf seinen Plan setzen!

• **Sünde.** Wenn ein Christ, der Gottes Wissen weiß, beständig und wissentlich Unrecht tut, ist die Folge eine bewusst in Kauf genommene Depression. Selbstverständlich sollte man sorgfältig prüfen, ob die eigenen Maßstäbe realistisch

sind. Niemand kann in diesem Leben Vollkommenheit erreichen.

Alle Menschen sündigen, und alle müssen immer von Neuem umkehren und in reumütiger Haltung verharren: „Wenn wir aber im Licht wandeln, wie er im Licht ist, so haben wir Gemeinschaft untereinander, und das Blut Jesu, seines Sohnes, macht uns rein von aller Sünde. Wenn wir sagen, wir haben keine Sünde, so betrügen wir uns selbst, und die Wahrheit ist nicht in uns. Wenn wir aber unsre Sünden bekennen, so ist er treu und gerecht, dass er uns die Sünden vergibt und reinigt uns von aller Ungerechtigkeit. Wenn wir sagen, wir haben nicht gesündigt, so machen wir ihn zum Lügner, und sein Wort ist nicht in uns“ (1. Johannes 1,7-10).

Aber der Christ, der der Sünde keinen Widerstand entgegensetzt und sich aus Schwäche beständig in immer größere Sünden verstrickt, wird leicht entmutigt und depressiv.

• **Ein niederdrückendes Umfeld.** Wer in einem Elendsviertel oder in einem Zustand der Dauerarbeitslosigkeit, Armut, Einsamkeit usw. lebt, ist kontinuierlich einem Einfluss ausgesetzt, der deprimierend wirken kann. Als Christen sind wir Fremdlinge und Gäste auf der Erde und harren einer besseren Zukunft im Reich Gottes, wenn Jesus die göttliche Herrschaft aufrichtet.

Wir alle sollen auf eine bessere Zukunft hoffen! Doch es gibt auch Dinge, die man hier und jetzt schon tun kann, um die niederdrückenden Auswirkungen einer deprimierenden Umgebung und Lebenslage zu meistern.

Es gibt heute bestimmte Reize – Musik, Videospiele usw. – die auch ein niederdrückendes Umfeld darstellen können, auch wenn die Betroffenen keine materielle Not kennen.

## Elias Hoch und Tief

Wie kann man der Niedergeschlagenheit entgegenwirken und sie loswerden? Eine Antwort auf diese Fragen finden wir in dem bemerkenswerten Beispiel des Propheten Elia. Seine Geschichte finden wir in dem Buch 1. Könige, Kapitel 18 und 19. Elia war ein mächtiger Diener Gottes, doch er wurde sehr mutlos. Er war so verzweifelt, dass er – so steht es in der Bibel – sterben wollte. Seine Depression ließ ihn lebensmüde werden, und anscheinend kämpfte er mit selbstmörderischen Gedanken.

Um Elias Werdegang zu verstehen, wollen wir uns mit den in Kapitel 18 be-

schriebenen Ereignissen befassen, die Elia verzweifeln ließen. Interessant dabei ist, dass Elia gerade einen geistlichen Höhepunkt erlebt hatte, als er die gesamte Priesterschaft des Götzen Baals herausforderte: „Versammle zu mir ganz Israel auf den Berg Karmel und die vierhundertundfünfzig Propheten Baals, auch die vierhundert Propheten der Aschera, die vom Tisch Isebels essen . . .“

## Intern

18. Februar 2011

Jahrgang 16, Nr. 2

© Vereinte Kirche Gottes e. V., Postfach 30 15 09, 53195 Bonn. Alle Rechte vorbehalten. Die Vereinte Kirche Gottes ist als Religionsgesellschaft beim Amtsgericht Siegburg, 53703 Siegburg, eingetragen [VR 2055] und arbeitet mit der United Church of God, an International Association (555 Techcenter Drive, Milford, OH 45150, USA) zusammen.

**Intern** erscheint in unregelmäßigen Abständen, jedoch mindestens einmal monatlich, und wird von der Vereinten Kirche Gottes für ihre Mitglieder und Förderer herausgegeben. Quelle und Datum der Veröffentlichung von übernommenen Beiträgen aus *United News (UN)*, *World News and Prophecy (WNP)* und *The Good News (GN)* der United Church of God, an International Association werden am Ende des jeweiligen Artikels angegeben.

### Verantwortlich für den Inhalt:

Paul Kieffer

### Vorstand der Vereinten Kirche Gottes:

Hermann Göhring, Ernst Herzogenrath,  
Paul Kieffer, Rolf Marx, Ludwig Queckböner,  
Alfred Riehle, Kurt Schmitz  
Vorsitzender: Paul Kieffer

### Ältestenrat der United Church of God:

Scott Ashley, Robert Berendt, Aaron Dean,  
Bill Eddington, Roy Holladay, Victor Kubik,  
Darris McNeely, Melvin Rhodes,  
Mario Seiglie, Robin Webber  
Vorsitzender: Melvin Rhodes  
Präsident: Dennis Luker

Wenn nicht anders angegeben, stammen die Bibelzitate in dieser Publikation aus der revidierten Lutherbibel von 1984. © 1985 Deutsche Bibelgesellschaft Stuttgart.

**Abonnements:** *Intern* ist kostenlos erhältlich. Unsere Publikationen werden durch die Spenden der Mitglieder und Förderer der Vereinten Kirche Gottes finanziert. Spenden werden dankbar angenommen und sind in der Bundesrepublik Deutschland in gesetzlicher Höhe steuerabzugsfähig.

### Unsere Postanschrift:

Postfach 30 15 09, 53195 Bonn

### Unsere Bankverbindungen:

Für Deutschland:

Postbank Köln, BLZ 370 100 50, Kto. 53 20 35 - 507  
IBAN/BIC: DE49 3701 0050 0532 0355 07/PBNKDEFF

Für die Schweiz:

PC 60-212011-2

### E-Mail:

info@gutenachrichten.org

### Internet:

Die Vereinte Kirche Gottes unterhält zwei Adressen im Internet. Informationen über die Vereinte Kirche Gottes erhalten Sie unter [www.vkg.org](http://www.vkg.org). Unser Literaturangebot können Sie online abrufen unter [www.gutenachrichten.org](http://www.gutenachrichten.org).

Da trat Elia zu allem Volk und sprach: Wie lange hinket ihr auf beiden Seiten? Ist der HERR Gott, so wandelt ihm nach, ist's aber Baal, so wandelt ihm nach . . . Erhöre mich, HERR, erhöre mich, damit dies Volk erkennt, dass du, HERR, Gott bist und ihr Herz wieder zu dir kehrst! Da fiel das Feuer des HERRN herab und fraß Brandopfer, Holz, Steine und Erde und leckte das Wasser auf im Graben. Als das alles Volk sah, fielen sie auf ihr Angesicht und sprachen: Der HERR ist Gott, der HERR ist Gott!“ (1. Könige 18,19. 21. 37-39).

Elia gewann die Konfrontation entscheidend, weil Gott für ihn eintrat und Feuer vom Himmel sandte, das Altar und Opfertgaben vollständig verbrannte. Damit wurde bestätigt, dass Elia der treue Diener Gottes war. Unmittelbar danach ließ Elia das göttliche Todesurteil über die Baalspropheten vollstrecken (1. Könige 18,40).

Hier war ein großes Wunder Gottes geschehen, und nicht nur das: der gesamte Baalskult jener Zeit wurde zerstört. Eine der größten Gott feindlichen religiösen Bewegungen in Israels Geschichte war damit beseitigt. Mit Blick auf den erfolgreichen Ausgang der Konfrontation war das ein totaler Sieg für Gott, aber auch für Elia!

Nach diesem Triumph erlebte Elia ein emotionales Hoch. In Vers 46 heißt es: „Und die Hand des HERRN kam über Elia, und er gürtete seine Lenden und lief vor Ahab hin, bis er kam nach Jesreel.“ Elia lief ca. 30 km von Karmel nach Jesreel und kam dort vor Israels König Ahab an, der dieselbe Strecke mit Pferden zurücklegte! Das ist eine große Leistung, die Elia nur einmal in seinem Leben vollbrachte und die von totaler körperlicher und seelischer Erschöpfung gefolgt war.

Und dann lesen wir weiter in 1. Könige 19, Verse 1-2: „Und Ahab sagte Isebel alles, was Elia getan hatte und wie er alle Propheten Baals mit dem Schwert umgebracht hatte. Da sandte Isebel einen Boten zu Elia und ließ ihm sagen: Die Götter sollen mir dies und das tun, wenn ich nicht morgen um diese Zeit dir tue, wie du diesen getan hast!“

Als Elia diese Drohung der Königin hörte, rannte er um sein Leben und kam nach Beerseba. Er ließ seinen Diener dort und ging eine Tagesreise weit in die Wüste und setzte sich unter einen Wacholderbaum. Dann bat er Gott, sterben zu dürfen. Er sagte: „Es ist genug, so nimm nun, HERR, meine Seele, ich bin

nicht besser als meine Väter“ (1. Könige 19,4).

Bei der Konfrontation mit den falschen Propheten war Elia ganz allein auf sich gestellt. Niemand stand ihm bei. Das muss ihn alle seine Kraft gekostet und zu seiner ungeheuren körperlichen und emotionalen Erschöpfung geführt haben. Und als ob das noch nicht genug gewesen wäre, war er gleich danach die 30 km von Karmel bis in die Stadt gelaufen. Er war völlig erschöpft.

Was tat er nun in diesem kritischen Moment? Er hörte auf die eine negative Stimme statt auf die vielen positiven Stimmen. Diese negative Stimme gehörte Isebel, der Königin, die eine Gönnerin der falschen Propheten war. Sie sagte: „Ich werde dich töten.“

---

*Wie begegnete  
Gott Elia in  
seiner Depression?  
Er hörte ihm bis  
zum Schluss zu.  
Er sagte nicht  
etwa: „Elia,  
mein gerechtes  
Volk erleidet  
so etwas nicht.  
Also sei nicht  
niedergeschlagen!“*

---

Trotz der gewaltigen Machtdemonstration Gottes, die Elia gerade erlebt hatte, vergaß er zeitweilig, dass Gott weiterhin die Macht besaß zu helfen. Er fing an, an nichts anderes als an die Schwierigkeiten zu denken, in denen er steckte. Mit welchem vorhersehbareren Resultat? Er verfiel in Verzweiflung und Depression.

### Gottes Behandlungsmethode

Als Gott die Israeliten von der Knechtschaft in Ägypten befreite, machte er ihnen eine besondere Verheißung: „Wirst du der Stimme des HERRN, deines Gottes, gehorchen und tun, was recht ist vor ihm, und merken auf seine Gebote und halten alle seine Gesetze, so will ich dir keine der Krankheiten auferlegen, die ich den Ägyptern auferlegt habe; denn ich bin der HERR, dein Arzt“ (2. Mose 15,26).

Beachten Sie nun, wie Gott, Israels treuer Arzt, Elias Depression behandelte. Haben wir hier nicht von Gott die perfekte Therapie für Depressionen dieser Art?

Elia schlief, dann aß er eine Mahlzeit, die ihm auf übernatürliche Weise von einem Engel gebracht worden war. Damit sollte er 40 Tage lang Kraft haben. Insoweit handelte es sich eindeutig um ein Wunder! (Übrigens sollte keiner von uns ein solches Fasten versuchen!)

Dann befahl Gott Elia, zu ihm zu kommen (1. Könige 19). Lernen wir nicht aus diesem Beispiel, dass man im Falle einer „üblichen“ Depression zumindest das Prinzip anwenden sollte, für das Lebensnotwendige, nämlich Ruhe und angemessene Nahrung, zu sorgen?

„Und er kam dort in eine Höhle und blieb dort über Nacht. Und siehe, das Wort des HERRN kam zu ihm: Was machst du hier, Elia?“ (Vers 9). Gott fragt Elia einfach: „Was ist die Ursache deiner Probleme?“

Elia antwortete: „Ich habe geeifert für den HERRN, den Gott Zebaoth; denn Israel hat deinen Bund verlassen und deine Altäre zerbrochen und deine Propheten mit dem Schwert getötet, und ich bin allein übrig geblieben, und sie trachten danach, dass sie mir mein Leben nehmen“ (Vers 10). An seiner Antwort erkennen wir, dass Elia seine ganze Aufmerksamkeit auf die eine negative Aussicht seines Lebens richtete. Dabei vergaß er zeitweilig all das Gute, das Gott getan hatte.

Wie begegnete Gott Elia in seiner Depression? Gott hörte ihm zu! Das sollte man beachten. Gott hört ihm bis zum Schluss an. Er sagt nicht etwa, „Nun, Elia, mein gerechtes Volk wird eigentlich nicht mutlos. Menschen mit meinem heiligen Geist haben keine Depressionen. Du solltest nicht so niedergeschlagen sein. Also sei nicht niedergeschlagen“, und geht dann einfach weg. Nein, Gott hört sich alles an, was dieser niedergeschlagene Mann zu sagen hat. Er lässt ihn alles erzählen.

Und dann spricht Gott: „Geh heraus und tritt hin auf den Berg vor den HERRN! Und siehe, der HERR wird vorübergehen. Und ein großer, starker Wind, der die Berge zerriss und die Felsen zerbrach, kam vor dem HERRN her; der HERR aber war nicht im Winde. Nach dem Wind aber kam ein Erdbeben; aber der HERR war nicht im Erdbeben. Und nach dem Erdbeben kam ein Feuer; ▶

aber der HERR war nicht im Feuer“ (1. Könige 19,11-12). Was wollte Gott Elia damit zeigen? Gott zeigte, dass er die Gewalt der Winde und der Erdbeben und des Feuers unter Kontrolle hat.

Weiter heißt es dann in Versen 12 und 13: „Und nach dem Feuer kam ein stilles, sanftes Sausen. Als das Elia hörte, verhüllte er sein Antlitz mit seinem Mantel und ging hinaus und trat in den Eingang der Höhle. Und siehe, da kam eine Stimme zu ihm und sprach: Was hast du hier zu tun, Elia?“

Meinen Sie nicht, dass mit der stillen sanften Stimme Verständnis, Erbarmen, Einfühlungsvermögen und Güte gemeint sind? Obwohl Gott die Macht über das ganze Universum hat, sprach er gütig, sanft und verständnisvoll zu Elia.

Wir kennen jetzt die drei Schritte des Programms, mit dem Gott Elia über seine Depression hinweghalf. *Der erste Schritt:* Gott gab ihm Nahrung, Trank und Ruhe. *Der zweite Schritt:* Er ließ ihn sich alles von der Seele reden. *Der dritte Schritt:* Er zeigte ihm Mitgefühl und Verständnis. Er ließ Elia wissen, dass er sich um ihn sorgte.

Und nun folgt der nächste Schritt. Gott sagte: „Geh wieder deines Weges durch die Wüste nach Damaskus und geh hinein und salbe Hasaël zum König über Aram“ (Vers 15). Mit anderen Worten: Gott sagte ihm: „Geh wieder an die Arbeit. Widme dich weder deinen Aufgaben. Erlaube dir nicht, herumzusitzen und dich selbst zu bemitleiden. Betätige dich wieder!“

Mit diesen vier Schritten haben die Menschen einen sehr guten Weg, mit ihrer eigenen Niedergeschlagenheit fertig zu werden oder einem Familienangehörigen oder Freund zu helfen. Jeder, der von einer Depression betroffen ist – ob direkt oder indirekt – kann sich Gottes Behandlungsmethode in Erinnerung rufen.

Sie werden nirgends finden, dass Gott Elia schilt. Gott widerspricht nicht einmal Elias unzutreffender Behauptung: „Ich bin allein übrig geblieben.“ Sie stellen fest, dass Gott Elia erst etwas später korrigierte und ihm sagte, dass er nicht allein sei, weil noch 7000 andere Gerechte da waren! Aber solange Elia dafür nicht ansprechbar war, korrigierte Gott ihn nicht. Er wartete damit.

Gott korrigierte Elia sehr rücksichtsvoll. Elia hatte allein auf die eine unbedeutende negative Stimme von Isebel gehört. Seine Freunde hatte er vergessen. Er dachte nicht daran, dass es noch

7000 andere treue Israeliten gab, die Baal nicht gedient hatten. Doch Gott berichtete ihn nicht heftig, sondern erinnerte ihn sanft daran, dass seine Aussage nicht der Wahrheit entsprach.

## Ursachenforschung

Wer eine Phase der Niedergeschlagenheit erlebt soll sich fragen: „Was in meinem Tun oder Denken gibt Anlass zu dieser Gemütsverfassung? Was ist die Ursache?“ Die Depression selbst ist nur ein Symptom nach dem Prinzip Ursache und Wirkung. Wenn man das begriffen hat, kann man mit der Behandlung der Selbstanalyse beginnen.

Wenn der Depression physische Ursachen zugrunde liegen, gilt es, diese zu beseitigen. Beispielsweise muss die Er-

---

*Sie werden  
nirgends finden,  
dass Gott Elia  
schilt. Gott  
widersprach  
nicht einmal  
Elias Behauptung,  
er sei allein  
übrig geblieben.  
Erst später  
korrigierte Gott  
Elias Aussage.*

---

nährung geändert werden, wenn falsche Ernährung der Grund ist. Die Ursache für eine Depression mag auch die kürzliche Geburt eines Kindes sein mit der daraus resultierenden Umstellung des Hormonhaushalts.

Bestimmt kann man mit Niedergeschlagenheit leichter fertig werden, wenn man die Ursache kennt. Eine bedeutsame Veränderung im Leben kann die Ursache für eine Depression sein, das muss man wissen. Allein schon dieses Wissen kann zur Linderung der Depression beitragen. Wie kann man aber eine Veränderung herbeiführen, mit deren Hilfe die Depression überwunden wird, wenn man keine Analyse anstellt?

Ähnlich dem physischen Schmerz ist die Depression gewissermaßen ein Gemütschmerz. Berührt man mit der Hand eine heiße Herdplatte, so tut das weh. Man sollte eigentlich dankbar da-

für sein, dass es schmerzt! Dadurch wird man die Hand von der heißen Platte nehmen und sich keine größere Verletzung zufügen.

Gott hat unsere Finger mit Nerven als Sensoren ausgestattet, die uns Schmerzempfindungen vermitteln, damit wir bei jeder Berührung von Dingen, die uns schaden können, unmittelbar gewarnt werden. Das ist die Funktion des Schmerzes.

Eine Depression ist also gewissermaßen ein Gemütschmerz. Empfinden wir diesen Schmerz, sollen wir deren Ursache herausfinden. Wenn wir sie gefunden haben, müssen wir für ihre Beseitigung sorgen. Sobald wir nämlich die Ursache des Gemütschmerzes beseitigt haben, wird er verschwinden.

Niedergeschlagen zu sein kommt also nicht von ungefähr, sondern hat Gründe. Leider kümmern sich die meisten Menschen nicht um diese Gründe. Man macht sich nicht die Mühe, die Ursachen aufzuspüren und ihnen nachzugehen. Man fühlt sich eben niedergeschlagen und elend. Dabei könnte man sich bemühen, die Ursachen zu erkennen und zu verstehen. Wenn die Ursachen einer Depression erkannt werden, hat man die Mittel, einer Depression entgegenzuwirken, sie zu beseitigen. Genauso sicher, wie man die Depression verursacht hat, kann man sie auch wieder zum Verschwinden bringen.

In Sprüche 24, Vers 16 lesen wir: „Denn ein Gerechter fällt siebenmal und steht wieder auf.“ Wir mögen zu der Auffassung neigen, der Ungerechte, der Gottlose sei es, der mutlos wird, der stürzt, stolpert und strauchelt. Die meisten Christen halten eine Depression wahrscheinlich für Sünde. Depressionen sind sicher schlimm! Sie sind gewiss schmerzhaft für uns, und sie können durch Sünde verursacht sein. Aber es gibt noch andere Gründe dafür. Ein Gerechter wird seine Depression analysieren, erkennen, sich aufraffen und wieder erheben.

Das Leben ist voller Schwierigkeiten. Es ist ein Übungsfeld, auf dem wir lernen sollen, wie Gott zu handeln und zu denken, um bereit zu sein, das ewige Leben zu erlangen. Wie bei Elia will Gott nicht, dass Depressionen uns lähmen. Sie zu konfrontieren und zu überwinden gehört zu den Dingen, die wir nach dem Willen Gottes lernen sollen. Wenn wir uns an das halten, was Gott in seinem Plan für uns bereithält, ist unsere Zukunft hell und voller Hoffnung! ■

# David: ein Mann nach Gottes Herzen

*Das Leben des Königs David ist ein wichtiges Fallbeispiel eines Mannes, der in all den Höhen und Tiefen seines Lebens seine Orientierung an Gott behalten hat.*

Von Jerold Aust

Die meisten Menschen machen eine Sache richtig und sind damit zufrieden. König David machte vieles richtig und war immer bereit, noch mehr zu tun.

Schon in seiner Jugend blieben Davids Überzeugungen seiner Familie und seinen Freunden nicht verborgen. Als David als Teenager ein israelitisches Militärlager besuchte, war er geschockt zu hören, wie arrogant Goliat, der Held der Philister, die Israeliten herausforderte: „Und der Philister sprach: Ich habe heute dem Heere Israels hohn gesprochen, als ich sagte: Gebt mir einen Mann und lasst uns miteinander kämpfen“ (1. Samuel 17,10).

Kein einziger Israelit wagte es, sich dem Giganten entgegenzustellen, und genau das machte David wütend. „Was wird man dem geben, der diesen Philister erschlägt und die Schande von Israel abwendet?“ fragte er. „Denn wer ist dieser unbeschnittene Philister, der das Heer des lebendigen Gottes verhöhrt?“ (1. Samuel 17,26).

Was nun folgte, wurde zur Legende. Wie wurde dieser junge Mann, der in seinem bisherigen Leben vor allem Schafe gehütet, Poesie geschrieben und Lieder im Lichte der Nacht gesungen hatte, zu einem furchtlosen und gefürchteten Krieger? Sehen wir uns doch gemeinsam in der Bibel an, wie David mit der Zeit zum berühmtesten König Israels heranreife.

Davids Leistungen waren enorm. Er eroberte Jerusalem und machte es zur Hauptstadt des Landes. Außerdem wiedervereinigte er die Israeliten zu einer starken Nation. In den 40 Jahren seiner Herrschaft erweiterte er Israel zu einem Reich, das sich von Ägypten bis nach Mesopotamien hin erstreckte. Wir sehen einen Mann mit vielen Talenten. Er war Schäfer, Poet, Musiker, Krieger und Staatsmann. Vor allem aber war er der Mann, der den Standard für alle ihm nachfolgenden Könige Israels und Judas setzte.

Als der jüngste der Söhne Isais war es seine Aufgabe, die Schafe zu hüten. Die Schafe zu hüten bringt mit sich, dass man viele Stunden alleine auf dem Feld

verbringen muss. Es bietet aber auch die Gelegenheit, viel Zeit mit Gott zu verbringen und so eine ganz persönliche Beziehung zu ihm aufzubauen – eine Beziehung, die sich während Davids gesamten Lebens weiterentwickelte.

Die Geschichte seines Aufstiegs zum Throne Israels begann wohl eher ungewöhnlich. Es fing alles an, als Gott seinen Propheten Samuel losschickte, um denjenigen zu finden, der König Saul ersetzen sollte. Saul hatte sich durch sein schlechtes Verhalten vom Königsamt disqualifiziert, und Gott hatte sich für einen Nachfolger entschieden: den jungen David.

## Äußerlichkeiten an zweiter Stelle

Gott befahl Samuel zum Hause Isais zu gehen, wo er einen der Söhne Isais zum nächsten König über Israel salben sollte. Samuel führte den Auftrag aus und sah sich einen Sohn nach dem anderen an. „Als sie nun kamen, sah er den Eliab an und dachte: Fürwahr, da steht vor dem HERRN sein Gesalbter“ (1. Samuel 16,6).

Samuel dachte, wie es wahrscheinlich die meisten von uns getan hätten: Er war sich sicher, dass der älteste Sohn Eliab mit seiner selbstbewussten Haltung und seinem beeindruckenden Aussehen derjenige wäre, den Gott wählen würde. „Aber der HERR sprach zu Samuel: Sieh nicht an sein Aussehen und seinen hohen Wuchs; ich habe ihn verworfen. Denn nicht sieht der HERR auf das, worauf ein Mensch sieht. Ein Mensch sieht, was vor Augen ist; der HERR aber sieht das Herz an“ (1. Samuel 16,7).

Was für Gott zählt, ist das Herz eines Menschen, seine innerste Motivation und seine Einstellung: „Meine Hand hat alles gemacht, was da ist, spricht der HERR. Ich sehe aber auf den Elenden und auf den, der zerbrochenen Geistes ist und der erzittert vor meinem Wort“ (Jesaja 66,2). Eliabs makelloser Körper und gutes Aussehen qualifizierten ihn nicht für das Amt des nächsten Königs von Israel. Davids Herz jedoch tat es!

Einer nach dem anderen kamen Isais Söhne vor Samuel, um zu bestimmen, wer von ihnen denn nun König werden

solle. Es war seinem Vater gar nicht eingefallen, überhaupt auch nur David holen zu lassen. Samuel war sehr erstaunt, als klar wurde, dass Gott keinen einzigen der anderen Söhne ausgewählt hatte. Also fragte er: „Sind das die Knaben alle?“ (1. Samuel 16,11).

Man sagte ihm, dass der jüngste Sohn noch auf der Weide die Schafe hütete. Samuel sagte: „Sende hin und lass ihn holen; denn wir werden uns nicht niedersetzen, bis er hierher kommt. Da sandte er hin und ließ ihn holen. Und er war bräunlich, mit schönen Augen und von guter Gestalt. Und der HERR sprach: Auf, salbe ihn, denn der ist's. Da nahm Samuel sein Ölhorn und salbte ihn mitten unter seinen Brüdern. Und der Geist des HERRN geriet über David von dem Tag an und weiterhin“ (Verse 12-13).

Aus diesen bescheidenen Anfängen kam Israels größter König. David hatte in jungen Jahren gelernt, Schafe zu hüten, nun wollte Gott ihn lehren, eine ganze Nation zu führen.

Nachdem er zum König gesalbt worden war, kehrte er zurück zu seinen Schafen, und es geschah erst etwas später, dass er seine Brüder am Schlachtfeld besuchte und dabei Goliats Herausforderung hörte.

Als David fragte, was mit demjenigen geschehen würde, der Goliat besiegte, wurden seine Worte dem König Saul gesagt. Neugierig geworden sandte der König nach ihm. David ließ sich weder von Israels König, noch von dem feindlichen Riesen einschüchtern. Er erzählte, wie er einst einen Löwen und einmal einen Bären besiegt hatte, die seine Schafherde bedrohten: „So hat dein Knecht den Löwen und den Bären erschlagen, und diesem unbeschnittenen Philister soll es ergehen wie einem von ihnen; denn er hat das Heer des lebendigen Gottes verhöhrt“ (1. Samuel 17,36).

## Ein Kampf im Namen Gottes

Ohne Waffenrüstung trat David dem Giganten entgegen, in seiner Tasche nur ein paar ausgewählte Steine aus einem nahen Bach. Als Goliat sah, wie klein der junge David war, begann er sich über ihn lustig zu machen: „Und der Philister sprach zu David: Bin ich denn ein ►

## Die Schöpfung beeindruckt einen jungen Hirten

Ein junger Hirte schaute zum Nachthimmel hinauf und staunte über dessen herrliche Pracht. Später schrieb er seine Gedanken nieder, die uns in der Bibel zugänglich sind: „Wenn ich sehe die Himmel, deiner Finger Werk, den Mond und die Sterne, die du bereitet hast: was ist der Mensch, dass du seiner gedenkst, und des Menschen Kind, dass du dich seiner annimmst?“ (Psalm 8,4-5).

Der junge Hirte hieß David – der spätere König Israels, der viele der Psalmen schrieb. Was lehrt uns die Perspektive dieses Hirten?

David war furchtlos. Er tötete einen Bären, einen Löwen und den Riesen, den Philister Goliat. Der treue David stellte die Ehre Gottes vor einer geängstigten Nation Israel und den arroganten Philistern wieder her. Er blieb dem verfolgungswahnsinnigen, eifersüchtigen König Saul treu, obwohl dieser ihn wiederholt zu töten versuchte. David führte Israel in vielen Schlachten zum Sieg. Davids Treue zu Gott überzeugte den eigentlichen Thronanwärter Prinz Jonatan, David würde der nächste König Israels sein.

Aber David war nicht immun gegen fleischliche Versuchungen. Er beging Ehebruch mit Batseba und ließ daraufhin ihren Mann Uria umbringen. Gott wies David für seine Sünden scharf zurecht, die er später zutiefst bereute (Psalm 51).

Gott vergab David, teilte ihm jedoch mit, dass das Unheil aus seinem Haus über ihn kommen würde. Später musste David um sein Leben vor seinem eigenen Sohn fliehen, der sich an die Macht putschen wollte. Der König trauerte um seinen Sohn Absalom, den sein Aufstand das Leben kostete. Davids spätere Volkszählung zur Fest-

stellung der Kampfstärke Israels zeugte von mangelndem Glauben. König David war ein gerechter Mann, dessen Leben aber auch etliche Blessuren aufweist.

Einen Schlüssel zur innigen Beziehung Davids mit Gott finden wir in Psalm 51. Dort entdecken wir das Herz Gottes in der Brust eines reumütigen Sünders (Apostelgeschichte 13,22). Seine demütige Einstellung half David, Gottes Vorhaben mit den Menschen zu verstehen.

Von der herrlichen Schöpfung Gottes tief beeindruckt, fragte David: „Was ist der Mensch, dass du seiner gedenkst?“ (Psalm 8,5). David erkannte, dass der Mensch die Krönung der physischen Schöpfung ist: „Du hast ihn wenig niedriger gemacht als Gott, mit Ehre und Herrlichkeit hast du ihn gekrönt. Du hast ihn zum Herrn gemacht über deiner Hände Werk, alles hast du unter seine Füße getan“ (Verse 6-7; siehe auch 1. Mose 1,26).

Der Hebräerbrief zitiert die Worte Davids, fügt jedoch hinzu, dass wir unser erstaunliches Potenzial noch nicht erreicht haben: „Wenn er [Gott] ihm [dem Menschen] alles unter die Füße getan hat, so hat er nichts ausgenommen, was ihm nicht untertan wäre. Jetzt aber sehen wir noch nicht, dass ihm alles untertan ist“ (Hebräer 2,6-8).

Wir erfahren dann, dass Gott durch Jesus Christus „viele Söhne zur Herrlichkeit geführt hat“ (Verse 9-11). Die Zeit kommt, wenn wir mit „Ehre und Herrlichkeit“ gekrönt werden (Psalm 8,6). Alle, die Gott treu sind, werden als Könige und Priester auf Erden herrschen (Offenbarung 5,10). Die Krone der Ehre und Herrlichkeit, die David in Psalm 8 beschrieb, ist Teil unserer menschlichen Bestimmung.

Hund, dass du mit Stecken zu mir kommst? Und der Philister fluchte dem David bei seinem Gott und sprach zu David: Komm her zu mir, ich will dein Fleisch den Vögeln unter dem Himmel geben und den Tieren auf dem Felde“ (Verse 43-44).

Davids Antwort zeigte keine Spur von Furcht: „David aber sprach zu dem Philister: Du kommst zu mir mit Schwert, Lanze und Speiß, ich aber komme zu dir im Namen des HERRN Zebaoth, des Gottes des Heeres Israels, den du verhöhnt hast. Heute wird dich der HERR in meine Hand geben“ (Verse 45-46). Was nun geschah, wurde noch zu Davids Lebzeiten legendär.

„Und David tat seine Hand in die Hirtentasche und nahm einen Stein daraus und schleuderte ihn und traf den Philister an die Stirn, dass der Stein in seine Stirn fuhr und er zur Erde fiel auf sein Angesicht. So überwand David den Philister mit Schleuder und Stein und traf und tötete ihn. David aber hatte kein Schwert in seiner Hand“ (Verse 49-50).

Saul und die gesamte israelitische Armee war geschockt, als sie Zeugen des

Unmöglichen wurden. Ein unbekannter Hirtenjunge hatte den Riesen getötet. Die erschrockenen Philister flohen und das Blatt wendete sich für die Israeliten.

### Ein eifersüchtiger König

Nachdem David Goliat getötet hatte, verlangte Saul, dass David im Palast wohne und einen militärischen Posten übernehme (1. Samuel 18,2. 5). Dies tat David und er erwies sich als ein treuer und weiser Anführer.

Als die Israeliten wieder einmal von einem erfolgreichen Feldzug gegen die Philister heimkamen, wurden Saul, David und die Armee vom Volk begrüßt. Als Saul die Frauen singen hörte, „Saul hat tausend erschlagen, aber David zehntausend“ (1. Samuel 18,7), wurde er sehr eifersüchtig auf David.

David diente weiterhin unter seinem eifersüchtigen und oftmals wütenden König. Saul versuchte mehrmals David zu töten, war aber niemals erfolgreich. Als sich die Umstände nicht besserten, sah David sich dazu gezwungen, vor Saul zu fliehen und mit einer kleinen Schar von Anhängern als Ausgestoßener

zu überleben. Trotz aller Schwierigkeiten nutzte Gott die Zeit, in der David sich vor Saul verstecken musste, um David viele wichtige Lektionen zu lehren. Durch die Ängste und die Herausforderungen, die David erlebte, entwickelte er ein starkes Vertrauen in Gott und Entschlossenheit in allem, was er tat.

Zuerst floh David nach Nebo, wo er Vorräte für sich und seine Mannschaft besorgte. Außerdem erhielt er dort das Schwert des Riesen Goliat von dem Priester Ahimelech. Von Nebo ging es weiter nach Gad, tief ins Territorium der Philister. Dort war er zumindest sicher vor Saul. Nach und nach sammelten sich immer mehr Männer um ihn. Wie David waren sie Ausgestoßene der israelischen Gesellschaft. Zusammen bildeten sie den Anfang und den harten Kern von Davids ausgezeichneter Kampftruppe.

Als David nach Judäa zurückkehrte, hörte Saul davon, dass der Priester Ahimelech David geholfen hatte, indem er ihm das Schwert Goliats gab. Außer sich vor Wut befahl Saul, dass die 85 Priester von Nob getötet werden sollten, bloß weil einer von ihnen David zur

Seite gestanden hatte. Nur einer von Ahimelechs Söhnen entkam dem Masaker und verbündete sich mit David.

Zu dieser Zeit hörte David davon, dass die Philister die Stadt Keilah in Judäa bedrohten. Mit Gottes Hilfe gelang es David, die Philister zu besiegen und Keilah zu befreien. Trotzdem wandten sich die Bewohner Keilahs gegen David, und sie beschlossen, ihn und seine 600 Mann an Saul zu verraten. Also floh David erneut in die Wüste.

### David verzichtet auf Rache

In dieser Geschichte erkennen wir Davids wahren Charakter. Als David und Saul das erste Mal aufeinander trafen, führte Saul eine Armee von 3000 Soldaten an. Allesamt waren sie erpicht darauf, Davids kleine Bande endlich zu erwischen. Als Saul eine Höhle betrat, um dort „sein Geschäft zu verrichten“, ahnte er nicht, dass David, und mit ihm seine gesamte Truppe, sich in eben dieser Höhle versteckt hielt. Davids Männer drängten ihn dazu, seinen Verfolger zu töten: „Siehe, das ist der Tag, von dem der HERR zu dir gesagt hat: Siehe, ich will deinen Feind in deine Hände geben, dass du mit ihm tust, was dir gefällt“ (1. Samuel 24,4).

David jedoch hielt seine Männer zurück. Er schlich sich nur nahe genug an Saul heran, um ihm einen Zipfel von seinem Mantel abzuschneiden. Ein ahnungsloser Saul verließ dann die Höhle und ging zu seinen Soldaten. In diesem Moment erschien David am Eingang der Höhle und präsentierte den Rockzipfel. Anstatt Rache zu nehmen, bat er Saul darum, ihn doch nicht mehr zu verfolgen.

Davids sanfter Weg hatte Erfolg. Saul gab zu, dass er ja eigentlich überhaupt keinen Grund hatte, David zu verfolgen, und dass David ihm in allen Dingen immer gut und treu gedient hatte. Saul bat David darum zu schwören, dass er seinen Nachkommen nichts antun würde, wenn er einst König von Israel würde. David schwor es ihm und er hielt sein Versprechen.

Sauls Sinneswandel jedoch war nicht von Dauer. Es dauerte nicht lange, bis er wieder versuchte, David zu fangen und zu töten. Einmal lagerte Saul mit seinen Soldaten in einem Tal. Nachts schlichen sich David und Abischai, einer seiner besten Männer, in die Mitte von Sauls Lager. Zusammen gelangten sie bis zu Sauls Zelt, wo sie den König in tiefem Schlaf fanden. Abischai bat David da-

rum, ihn Sauls Speer nehmen zu lassen und ihren Feind doch endlich zu töten.

Doch David hielt ihn von Saul zurück: „So wahr der HERR lebt, sicherlich wird der HERR ihn töten, oder seine Zeit wird kommen, dass er sterbe oder dass er in einen Streit ziehe und umkomme. Der HERR aber lasse ferne von mir sein, dass ich meine Hand an den Gesalbten des HERRN lege! So nimm nun den Speer zu seinen Häupten und den Wasserkrug und lass uns gehen!“ (1. Samuel 26,9-11).

Als David und Abischai sich in sicherer Entfernung vom Lager befanden, drehte David sich um, rief laut nach Saul und zeigte ihm wieder einmal, wie leicht er ihn hätte töten können. Auch dieses Mal war Saul zutiefst beschämt

---

*An seinem Verhalten gegenüber Saul erkennen wir Davids wahren Charakter. Saul verfolgte ihn und wollte ihn töten, doch David nahm zweimal davon Abstand, sich an Saul zu rächen.*

---

über seine eigenen bösen Absichten David gegenüber. Seine Abschiedsworte hatten prophetischen Charakter: „Gesegnet seist du, mein Sohn David! Du wirst es gewiss tun und vollenden“ (Vers 25).

### David wird König

Auch Davids Worte in dieser Nacht waren von prophetischer Natur. Saul starb im Kampf, auch sein Sohn Jonatan (1. Samuel 31,2. 6). Davids Trauer über den Tod seines größten Feindes dient uns als ein Beispiel für wahres und aufrichtiges Trauern. Er dichtete sogar ein Lied, Saul und Jonatan zu Ehren, und er befahl, das Lied im ganzen Land bekannt zu machen (2. Samuel 1,19).

Anschließend kehrte David nach Juda zurück, wo er in einer öffentlichen Zeremonie zum König gesalbt wurde (2. Samuel 2,4). Er regierte siebenein-

halb Jahre über den Stamm Juda. Vorerst jedoch wurden die nördlichen Stämme noch von Isch-Boschet, einem der Söhne Sauls, regiert.

Die Rivalitäten zwischen den Feldherren des Nord- und des Südreiches erhitzen sich bald mehr und mehr. Abner führte Isch-Boschets Armeen an und Joab war Davids Heerführer. In einer Schlacht zwischen den beiden Armeen tötete Abner einen der Brüder Joabs. Joab wiederum nahm Rache, indem er Abner tötete. David trauerte um seinen Feind Abner ebenso wie um Saul und seinen Sohn.

Kurz danach wurde Isch-Boschet umgebracht. Auch um diesen trauerte David und bestrafte dessen Mörder. Dieses Verhalten zeigt uns, wie David stets um Fairness bemüht war. Er ließ es nicht zu, dass eine unrechte Tat ungestraft blieb. Lieber blieb er der König eines einzigen Stammes, als sich mit unrechtem Gewalt den Thron zu erkämpfen.

Jetzt war der Weg frei für David, um rechtmäßig Anspruch auf das ganze Land Israel zu erheben. Schließlich wurde er zum König über eine wiedervereinigte Nation gesalbt. Kurz danach eroberte er Jerusalem und machte es zu seiner Hauptstadt (2. Samuel 5,6-10). Er regierte 33 Jahre lang über das vereinigte Israel. Zusammen mit den sieben Jahren in Juda ergibt das eine Regierungszeit von vollen 40 Jahren.

Unter Davids Herrschaft florierte das Königreich. Die Dinge standen gut für ihn, militärisch, politisch und geistig. Mit Gottes Hilfe errang David einen Sieg nach dem anderen. Seine materielle Macht war atemberaubend. Sein Königreich grenzte an das Mittelmeer im Westen, an die Wüste Sinai im Süden, an den Euphrat im Norden und im Osten umfasste es viel Land jenseits des Jordans.

### Schwere Zeiten für Davids Hof

Wie alle Menschen, war auch David alles andere als perfekt. Einige seiner Fehlritte waren recht dramatisch. Gott, der sich darum gekümmert hat, dass Davids ruhmreiche Taten bis in unsere Zeit überliefert wurden, lässt auch seine Fehler nicht in Vergessenheit geraten. So können wir von seinem guten wie auch von seinem schlechten Beispiel vieles lernen (Römer 15,4; 1. Korinther 10,11).

Sein Ehebruch mit Batseba, der Frau des Urias, wurde zu einem Wendepunkt in Davids Leben. Gott bestrafte ihn ►

## Warum war David so furchtlos?

Die Bibel sagt uns: „Der Gottlose flieht, auch wenn niemand ihn jagt; der Gerechte aber ist furchtlos wie ein junger Löwe“ (Sprüche 28,1). Als junger Schäfer besiegte David einen Löwen und einen Bären (1. Samuel 17,34-37). Es besteht daher kein Zweifel, dass David sehr mutig war. Warum war er so furchtlos? Was war der Grund für seinen Wagemut? Die Bibel gibt uns die ermutigende und inspirierende Antwort darauf.

Davids Furchtlosigkeit begründete sich in seiner Liebe zu Gott. Die Bibel definiert Gottes Liebe so: „Denn das ist die Liebe zu Gott, dass wir seine Gebote halten; und seine Gebote sind nicht schwer“ (1. Johannes 5,3). Davids Einstellung zu der Liebe zu Gott ist wunderschön im Psalm 119 beschrieben.

Die Liebe zu Gott und das Halten seiner Gebote sind untrennbar miteinander verbunden. Gottes Liebe für die Menschen ist in den Zehn Geboten ausgedrückt (siehe 2. Mose 20; 5. Mose 5). Die ersten vier Gebote zeigen, wie die Menschen Gott ehren und anbeten sollen – ganz so, wie Jesus es auch tat. Die letzten sechs Gebote zeigen, wie wir Menschen miteinander umgehen und aufeinander Acht geben sollen – auch hier ist Jesus uns ein perfektes Beispiel dafür. Wenn die Menschen diese Wege Gottes verlassen, häufen sie nur Leid auf sich, wie die Geschichte der letzten 6000 Jahre gezeigt hat. Wer diese ewigen Wahrheiten Gottes nicht kennt, hat auch keinen Zugang zu den vielen Segnungen, die wir dann erhalten, wenn wir Gottes Geboten folgen.

David kannte die Definition der Liebe zu Gott. Er wusste, dass Liebe und das Halten der Gebote untrennbar miteinander verknüpft sind: „Wie kann ein junger Mensch sein Leben meistern? Indem er tut, was du gesagt hast, HERR. Von Herzen frage ich nach deinem Willen; bewahre mich davor, ihn zu verfehlen! Was du ge-

sagt hast, präge ich mir ein, weil ich vor dir nicht schuldig werden will“ (Psalm 119,9-11; Gute Nachricht Bibel).

„Wie habe ich dein Gesetz so lieb! Täglich sinne ich ihm nach. Du machst mich mit deinem Gebot weiser, als meine Feinde sind; denn es ist ewiglich mein Schatz“ (Verse 97-98).

„Ich hasse die Wankelmütigen und liebe dein Gesetz“ (Vers 113).

„Jetzt ist es Zeit für dich zu handeln, HERR; denn viele übertreten dein Gesetz. Ich liebe die Gebote, die du gabst, viel mehr als selbst das allerfeinste Gold“ (Verse 126-127; Gute Nachricht Bibel).

„Großen Frieden haben, die dein Gesetz lieben; sie werden nicht straucheln“ (Vers 165).

„Meine Zunge soll singen von deinem Wort; denn alle deine Gebote sind gerecht“ (Vers 172).

Die Liebe zu Gott bestärkt und ermutigt seine Diener. Wer aktiv und von Herzen Gottes Gebote hält, kann daraus viel Stärke gewinnen. Gottes Wort macht uns mutiger, furchtloser und zuversichtlicher: „Auch darin hat die Liebe Gottes bei uns ihr Ziel erreicht, dass wir dem Tag des Gerichts voller Zuversicht entgegensehen; denn so wie Christus mit dem Vater verbunden ist, so sind ja auch wir es in dieser Welt. Die Liebe kennt keine Angst. Wahre Liebe vertreibt die Angst. Wer Angst hat und vor der Strafe zittert, bei dem hat die Liebe ihr Ziel noch nicht erreicht“ (1. Johannes 4,17-18; Gute Nachricht Bibel).

Es war ein schlechter Tag für den Löwen und den Bären, als sie Davids Schafherde angriffen. Und mit Sicherheit war es auch kein guter Tag für den Riesen Goliath, der den jungen Hirten David herausforderte. David war „furchtlos wie ein junger Löwe“. Er fand seinen Mut und seine Stärke in der Liebe zu Gott. David wusste, dass Gott ihn nie verlassen würde, weil Gott ihn liebte.

hart für seinen Ehebruch und den darin verwickelten Mord. Bis hierhin war David sehr erfolgreich in allem, was er tat, doch seit dieser Episode nahmen seine Probleme mehr und mehr zu. Davids Reue, festgehalten in Psalm 51, gilt als ein inspirierendes Beispiel für Menschen in allen Zeitaltern.

Im nächsten großen Abschnitt in Davids Leben geht es vor allem um seinen Sohn Absalom. Nach großen Problemen in der Familie begann Absalom aktiv gegen David vorzugehen – er wollte auf den Thron seines Vaters (2. Samuel 15). Durch viele falsche Versprechungen schaffte er es schließlich, das Volk auf seine Seite zu ziehen. Sein Vater, David, musste wieder einmal fliehen, um sich zu retten.

Schlussendlich kam es zur Schlacht zwischen Absaloms Truppen und Davids Getreuen. Absaloms Männer waren keine Herausforderung für Davids erfahrene Streiter. Es gab ein schreckliches Gemetzel, und dieses Mal war es Absa-

lom, der um sein Leben floh. Als er sich auf seinem Maultier davon machte, blieb er mit seinen langen Haaren in den Zweigen eines Baumes hängen. Das Tier lief einfach weiter und ließ Absalom im Baum hängen. Als er noch versuchte sich zu befreien, holten ihn seine Verfolger ein und töteten ihn.

Nach Absaloms Tod war das Vertrauen des Volkes in die starke Hand ihres Königs David zutiefst erschüttert. Es dauerte viele Jahre, bis ganz Israel ihn wieder als König akzeptierte.

### Ein Mann nach Gottes eigenem Herzen

Wenn wir alle Schwierigkeiten und Fehler Davids betrachten, wundern wir uns vielleicht, warum Gott trotz allem immer noch gut von ihm dachte. Ein Teil der Antwort auf diese Frage finden wir darin, dass David sich trotz aller Fehlritte immer noch von ganzem Herzen darum bemühte, Gottes Willen zu tun. Er gab nicht auf! Er zog sich nie von

seinen Verantwortungen zurück. Er fiel, doch er stand wieder auf und gab sein Bestes. Die Bibel zeigt uns, dass umso mehr Schwierigkeiten David durchlebte, umso mehr auch seine Kraft und sein guter Charakter wuchsen.

David blieb Gott sein ganzes Leben lang treu. Seine Loyalität gegenüber seinem Schöpfer stand stets außer Frage. Er traf nicht immer die besten Entscheidungen, und er beging auch einige Sünden, doch war er stets bereit, seine Fehler einzusehen und sich zu ändern. Nie machte er Gott oder andere Menschen für seine eigenen Fehler verantwortlich.

In der Apostelgeschichte sagte Paulus, dass David ein Mann nach Gottes eigenem Herzen war. Gott, so schrieb er, „erhob David zu ihrem König, von dem er bezeugte: Ich habe David gefunden, den Sohn Isais, einen Mann nach meinem Herzen, der soll meinen ganzen Willen tun“ (Apostelgeschichte 13,22). Welch eine Ehre für den Hirtenjungen, der zum König wurde! ■