

## **Gottesdienst 30. August 2020**

### **Sommerpredigtreihe**

David, der Musiktherapeut - von der heilenden Kraft der Musik

---

Liebe Gemeinde,

Was tut Ihrer Seele gut? Was tun Sie sich Gutes, wenn es mal wieder stressig war oder es Ihnen mal nicht so gut geht?

Bei mir sind es wohl die Beatles. Egal ob „*Let it be*“ oder „*Here comes the sun*“. Es sind zwar nicht die Texte mit Tiefgang, aber ich bin mit dieser Band groß geworden. Mein Papa hörte sie viel.

Sie lösen einfach etwas in mir aus. Wenn ich nervös bin machen sie mich ruhiger, wenn ich schlecht drauf bin, geht es mir meist nach ein paar Lieder besser.

Ich lasse mich einfach mitreißen von der bekannten Musik, dem bekannten Text und singe einfach mit. Dann ist es auch egal, ob jeder Ton sitzt oder was genau gesungen wird.

Heute geht es um die heilende Kraft der Musik – und vielleicht ist es ja auch die Musik, die Ihrer Seele gut tut.

Einfach das Radio aufdrehen oder die Lieblingsmusik an machen. Am besten laut. Am besten was Bekanntes.

Vielleicht gibt es ja auch für Sie Musik, die ihr Herz höherschlagen lässt?

Und dabei ist es ganz egal, ob es der alte Schlager ist, der durchs Haus dröhnt oder ein klassisches Musikstück ist. Weltlich oder geistlich, rockig oder seicht-poppig. Nicht ohne Grund gibt es so viele Musikgenres – für jeden und jede ist was dabei.

Es ist gut, wenn man sich kennt und weiß, wobei es sich gut entspannen lässt. Gut, wenn man die eigene Strategie zum „runterkommen“ kennt, um den Kopf frei zu bekommen und die Seele baumeln zu lassen.

Und doch, das kennen Sie vielleicht auch – kann es durchaus schwer sein, sich etwas Gutes zu tun. Es klappt nicht immer. Mir geht es dann so, dass ich genau weiß, was ich eigentlich tun

müsste. Ich bin aber zu faul und antriebslos um genau das zu tun – paradox.

Ja, es ist schwer, der eigenen Seele gerecht zu werden.

Sie schreit nicht so laut wie ein schmerzendes Gelenk oder ein knurrender Magen. Sie kann leicht überhört werden.

Ja und es gibt Menschen, die schaffen es nicht ihre Seele baumeln zu lassen.

Zu lange hat die Seele gelitten – zu lange war sie unzufrieden...

Sie schaffen es nicht, sich selbst etwas Gutes und Entspanntes zu arrangieren.

Es ist schon zu schlecht geworden, als dass ein gutes Lied noch viel verändern würde.

Sie schaffen es nicht, sich herauszustrampeln.

Nicht allein.

Verkriechen sich oder sind vielleicht auch verärgert, wütend, laut.

Haben keine Worte, um ihren Gefühlszustand zu beschreiben.

Fühlen sich einfach schlecht, eingengt, antriebslos, traurig.

Von außen mag man denken „*jetzt reis, dich doch zusammen*“ – aber das geht dann schon nicht mehr.

Der Mensch kann sich nicht mehr allein herauskämpfen, er oder sie hat keine eigene Strategie und auch keine Kräfte mehr gegen den Stress, um gegen die negativen Gefühle, gegen die Traurigkeit.

Die Bibel kennt und erzählt von Menschen, die diese Unruhe und Traurigkeit empfunden haben. Die sich nicht mehr selbst zu helfen gewusst haben.

Und die Bibel redet das nicht schön, spart es nicht aus.

Hören wir die Erzählung vom ersten König Israels – von König Saul. Nach längerem Ringen wird er zum König. Er kämpft erfolgreiche Schlachten, er wird akzeptiert von seinem Volk. Und dann nimmt sein Leben eine Wendung.

Ich lese aus dem 1.Samuelbuch, Kapitel 16:

*Der Geist des Herrn aber wich von Saul, und ein böser Geist vom Herrn verstörte ihn.*

*Da sprachen die Knechte Sauls zu ihm: „Siehe, ein böser Geist von Gott verstört dich. Unser Herr befehle nun seinen Knechten, die vor ihm stehen, dass sie einen Mann suchen, der auf der Harfe gut spielen kann, damit, wenn der böse Geist Gottes über dich kommt, er mit seiner Hand darauf spiele, und es besser mit dir werde.“*

*Da sprach Saul zu seinen Knechten: „Seht nach einem Mann, der des Saitenspiels kundig ist, und bringt ihn zu mir.“*

*Da antwortete einer der jungen Männer und sprach: „Ich habe gesehen einen Sohn Isais, des Bethlehemiters, der ist des Saitenspiels kundig, ein tapferer Mann und tüchtig zum Kampf, verständig in seinen Reden und schön, und der Herr ist mit ihm.“*

*Da sandte Saul Boten zu Isai und ließ ihm sagen: „Sende deinen Sohn David zu mir, der bei den Schafen ist.“*

*Da nahm Isai einen Esel und Brot und einen Schlauch Wein und ein Ziegenböcklein und sandte es Saul durch seinen Sohn David.*

*So kam David zu Saul und diente ihm. Und Saul gewann ihn sehr lieb, und er wurde sein Waffenträger.*

*Wenn nun der Geist Gottes über Saul kam, nahm David die Harfe und spielte darauf mit seiner Hand. So erquickte sich Saul, und es ward besser mit ihm, und der böse Geist wich von ihm.*

Ein böser Geist vom Herrn verstörte Saul, so formuliert es das 1.Samuelbuch – ein starkes Bild das gleich hängen bleibt.

Gott selbst macht, dass es Saul schlecht geht?

Der Gedanke ist kaum zu ertragen.

Oder habe ich ein zu glattes Gottesbild?

Andererseits gab es zur Zeit des Alten Testaments noch keine Psychologen, die Diagnosen wie Depression oder Burnout attestierten könnten.

Ich frage mich, ob Saul an so etwas wie einer Depression litt? Seine Stimmung ändert sich schnell: von ruhig zu wütend - von beherrscht zu völlig unbeherrscht.

Er ist von allen guten Geistern verlassen.

Doch die Musik lässt Sauls Seele aufatmen, sie erquickt Saul. Davids Harfenspiel vertreibt den bösen Geist. Die vorgeschlagene Musiktherapie wirkt.

Doch ist es wirklich nur die Musik?

Ich erkenne in der Erzählung drei Schritte, die zur Heilung oder zumindest zur Linderung führen.

**Der erste Schritt ist die Entscheidung, überhaupt etwas zu tun.**

Das ist bekannt aus der Therapie: sich für diese zu entscheiden, das ist oft schon der wichtigste Erfolg.

Medizinisch nennt man das die Krankheitseinsicht.

Es braucht oft lang, bis man sich das eingestehen kann.

Es braucht echte Freunde und Familie, die ehrlich, aber nicht bevormundend sind

Interessant ist, dass Saul von seinen Dienern diese Therapie vorgeschlagen bekommt. Nicht von seiner Familie, nicht von seinen engen Freunden.

Da ist die Bibel wohl realistisch: die Menschen, die Saul nahe

stehen sind vielleicht zu nahe dran. Sind damit beschäftigt seine Stimmungen aufzufangen und auszugleichen, wollen selbst helfen und sind ratlos. Manchmal braucht es auch den gewissen Abstand, um schwierige Dinge anzusprechen oder überhaupt zu merken, dass da etwas nicht gut läuft.

**Der zweite Schritt ist das Entstehen einer vertrauensvollen Beziehung.**

David kommt und dient Saul.

Und David scheint talentiert: er ist nicht nur des Saitenspiels kundig, er ist vor allem auch verständig in seinem Reden. Und schön, tapfer, tüchtig im Kampf. Und der Herr ist mit ihm.

David wird als Allround-Talent beschrieben, seine Ausstrahlung, sein Charakter – einer in dessen Nähe man sich gerne aufhält. Und David ist da. Er geht nicht weg und weicht Saul aus, wenn der böse Geist kommt.

Und Saul vertraut ihm das Wichtigste an, seine Waffe.

Zusammengefasst: Saul „gewann ihn sehr lieb“.

**Und erst der dritte Schritt ist das Hören auf die Musik, die David zu spielen versteht.**

Die feinen und beruhigenden Klänge der Harfe berühren Saul. Sie lassen ihn durchatmen, frei werden von dem bösen Geist und zu sich selbst zurückfinden.

Es braucht Zeit, sich dem Guten anzuvertrauen, was der Andere zu bieten hat.

Es ist ein großes Wagnis, sein Haus und sein Herz zu öffnen für das Gute, was einem angeboten wird.

Ja, Geben ist nicht nur seliger als nehmen, sondern auch leichter.

Das Gute annehmen von anderen ist anstrengend und kann auch unangenehm sein.

Saul schafft das.

Er gibt sich dem Klang hin und es wird besser mit ihm.

Bei Saul war es die Musik, die seine Seele angerührt hat, gestreichelt und letztlich beruhigt hat.

Für jemand anderen, ist es etwas anderes.

Und wir als diejenigen, die enge Freunde oder Familie sind können nicht wissen was es ist. Die betroffene Person selbst weiß das meist nicht.

Und die betroffene Person kann vielleicht auch nicht so annehmen wie Saul es in der biblischen Erzählung geschafft hat.

Aber wir können da sein. Mit-aushalten. Mal schweigend. Mal sprechend.

Und von David, dem vielleicht ältesten Therapeuten lernen.

Er stand nicht nur dabei, er wurde aktiv.

Dabei verfiel er nicht in blinden Aktionismus. Er schaut, was Saul gut tut.

Manchmal braucht es das Mit-aushalten, manchmal das aktive Tun. Wir können dem anderen unsere gute Gabe anbieten.

Und woher kommt die Kraft, sich um die Seele anderer zu kümmern?

Ich kann nicht für alle Seelsorgenden sprechen, aber ich kann für mich sprechen:

Ich ziehe die Kraft und Energie aus meinem Therapeuten: Gott.

Er ist für mich da, er ist der *Ich-bin-da*. Ohne Gegenleistung.

Ich kann mich ihm öffnen, ohne Angst zu haben.

Er verurteilt mich nicht. Er kennt mich. Ich kann mit ihm sprechen.

Und die Antwort ist ein Gefühl von Sicherheit, Geborgenheit und Gewissheit.

Meine Seele wird von Gott berührt und beruhigt, wie von dem Klang der Musik.

Ich kann mich von dem Gefühl tragen lassen, wie von den bekannten Tönen meiner Lieblingsmusik. Kann mich mitreißen lassen.

Kann so die stillen und die lauten Töne des Lebens aushalten und mit-aushalten.

Und das ist das Angebot Gottes an uns alle – die göttliche Therapie quasi: da sein. Mit offenen Armen. Verlässlich. Für immer. Ohne Gegenleistung. Egal wie dunkel das Dunkel scheint. Egal wie groß die Traurigkeit ist.

Amen.