

*Lobe den HERRN, meine Seele,  
und was in mir ist, seinen heiligen Namen!*

*Lobe den HERRN, meine Seele,  
und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat:  
der dir alle deine Sünde vergibt und heilet alle deine Gebrechen,  
der dein Leben vom Verderben erlöst,  
der dich krönet mit Gnade und Barmherzigkeit,  
der deinen Mund fröhlich macht und du wieder jung wirst wie ein Adler.*

*Der HERR schafft Gerechtigkeit und Recht allen, die Unrecht leiden.  
Er hat seine Wege Mose wissen lassen, die Kinder Israel sein Tun.  
Barmherzig und gnädig ist der HERR, geduldig und von großer Güte.*

*Psalm 103, 1–8  
(Lutherbibel 2017)*

Kann ich mich selbst auffordern, Gott zu loben, so wie der Psalm es uns vorspricht? Sich einfach einen Ruck zu geben, dass funktioniert so nicht. Es bedarf schon eines Grundes, einer genauen Erinnerung: Vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat – davon leben wir doch, dass wir Gutes erfahren und erfahren haben, von Anfang an. Das zu vergessen, wäre nichts als Undankbarkeit.

Und dann wird im Psalm aufgezählt, was Gott alles tut, wie er an Leib und Seele mir zugute handelt. Wird hier nicht der Mund zu voll genommen? Alle Sünde schon vergeben? Alle Gebrechen schon geheilt? Gott ist doch kein Vergebungs- und Heilungsautomat! Aber alles, was mir vergeben ist, wovon ich geheilt bin, das ist mir von ihm her geschehen. Und wo es noch nicht geschehen ist, da hoffe ich auf ihn. Im Psalm wird dankbar zurückgeblickt auf geschehene Vergebung und geschehene Heilung, ja auch auf erfahrene Lebensrettung. – Vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat! Man vergisst ja nur zu leicht. Kaum ist man aus dem Schlamassel raus, hat man Gott auch schon vergessen.

Wenn wir uns erinnern, was Gott uns Gutes getan hat, können wir die nicht vergessen, denen es nicht gut geht. Und das können die Kranken unter uns sein oder die Hungernden im Sudan oder die Zivilisten in der Ukraine, in Gaza und in Israel, die um Leib und Leben fürchten.

In diesem Horizont können wir mit dem Psalm nur beten und hoffen: Der HERR schafft Gerechtigkeit und Recht allen, die Unrecht leiden.