



## 19. Sonntag im Jahreskreis

### Psalm 139,1-18 (HFA)

Ein Lied von David. HERR, du durchschaust mich, du kennst mich durch und durch. Ob ich sitze oder stehe – du weißt es, aus der Ferne erkennst du, was ich denke. Ob ich gehe oder liege – du siehst mich, mein ganzes Leben ist dir vertraut. Schon bevor ich anfangen zu reden, weißt du, was ich sagen will. Von allen Seiten umgibst du mich und hältst deine schützende Hand über mir. Dass du mich so genau kennst, übersteigt meinen Verstand; es ist mir zu hoch, ich kann es nicht begreifen! Wie könnte ich mich dir entziehen; wohin könnte ich fliehen, ohne dass du mich siehst? Stiege ich in den Himmel hinauf – du bist da! Wollte ich mich im Totenreich verbergen – auch dort bist du! Eilte ich dorthin, wo die Sonne aufgeht, oder versteckte ich mich im äußersten Westen, wo sie untergeht, dann würdest du auch dort mich führen und nicht mehr loslassen. Wünschte ich mir: »Völlige Dunkelheit soll mich umhüllen, das Licht um mich her soll zur Nacht werden!« – für dich ist auch das Dunkel nicht finster; die Nacht scheint so hell wie der Tag und die Finsternis so strahlend wie das Licht. Du hast mich mit meinem Innersten geschaffen, im Leib meiner Mutter hast du mich gebildet. Herr, ich danke dir dafür, dass du mich so wunderbar und einzigartig gemacht hast! Großartig ist alles, was du geschaffen hast – das erkenne ich! Schon als ich im Verborgenen Gestalt annahm, unsichtbar noch, kunstvoll gebildet im Leib meiner Mutter, da war ich dir dennoch nicht verborgen. Als ich gerade erst entstand, hast du mich schon gesehen. Alle Tage meines Lebens hast du in dein Buch geschrieben – noch bevor einer von ihnen begann! Wie überwältigend sind deine Gedanken für mich, o Gott, es sind so unfassbar viele! Sie sind zahlreicher als der Sand am Meer; wollte ich sie alle zählen, ich käme nie zum Ende!

### **„Du stellst meine Füße auf weiten Raum“ Eine Sommerreise mit den Psalmen**

Sommer, das heißt für viele: rauskommen, unterwegs sein, Abstand gewinnen. Vielleicht packst du gerade für die nächste Reise. Vielleicht genießt du die Zeit zu Hause. Manchmal genießen wir die Weite. Manchmal tut es gut,

sich einfach treiben zu lassen und manchmal brauchen wir unsere gewohnte Umgebung.

Aber egal, wo du bist: Dein Inneres ist unterwegs.

Zwischen Fragen, Sehnsucht und dem Wunsch, einfach mal „anzukommen“.

Psalm 139 ist wie ein Gebet für diesen inneren Weg.

Gott sieht dich. Nicht nur das, was du zeigst, sondern alles.

Deine Gedanken, deine Zweifel, deine Freude, deine Müdigkeit und Er bleibt! Er kennt dich und geht nicht weg.

Wie wohltuend ist das:

Nicht erst stark sein müssen.

Nicht perfekt sein müssen.

Einfach sein dürfen – weil da einer ist, der schon alles weiß und trotzdem nahe bleibt.

Psalm 139 malt kein Bild eines kontrollierenden Gottes, sondern eines liebenden Begleiters, der sich dir zuwendet – von Anfang an.

Der bei dir bleibt – selbst dann, wenn du dich selbst kaum verstehst.

### ***Für die Sommerreise: ein Moment des Innehaltens***

„Wie überwältigend sind deine Gedanken für mich, o Gott, es sind so unfassbar viele!“ (V. 17)

Lies dir den Auszug aus Psalm 139 langsam, vielleicht draußen im Grünen, durch. Wähle einen Vers, der dich heute besonders berührt und trage ihn innerlich mit dir. Nimm dir bewusst Zeit, um Gott zu sagen, was du gerade mit dir trägst in Worten oder in der Stille. Spür der Frage nach: Wo habe ich in letzter Zeit erlebt, dass ich „gesehen“ wurde?

*Pastoralreferentin Desirée Kaiser*



*Bild: Elisabeth Enghart In: Pfarrbriefservice.de*