

Grüne Auen und finstere Täler

## Im Tal der Todesschatten



Reto Kaltbrunner

Quelle: zVg.

Reto Kaltbrunner ist chronisch krank – ein Heilungswunder hat er bislang noch nicht erlebt. Wie begegnet er dem Guten Hirten in dieser herausfordernden Situation?

Seit einigen Jahren leide ich am chronischen Erschöpfungssyndrom (CFS). Leider kann ich noch von keinem Heilungswunder berichten. Meine Energie ist immer noch stark reduziert und ich muss mit Muskel-, Gelenk- und Rückenschmerzen fertigwerden. In den letzten Monaten hat sich zudem meine Konzentrationsfähigkeit verschlechtert – auch jetzt, nach einigen Minuten Schreiben, setzt Schwindel ein.

David's Psalm 23 (besonders Vers 4) hilft mir, durch diese herausfordernden Jahre zu gehen. Die Auslegung des englischen Erweckungspredigers C.H. Spurgeon

finde ich super! Sie hat mir einige wichtige Details unseres guten Hirten aufgezeigt, die ich hier mit dir teile.

«Auch wenn ich wandere im Tal des Todesschattens, fürchte ich kein Unheil, denn du bist bei mir; dein Stecken und dein Stab, sie trösten mich.» (Psalm 23, Vers 4; ELB)

## **Wandern – nicht Stillstehen**

Wir Schweizer sind Wandervögel. Eine Freundin aus Deutschland meinte nach einem Spaziergang, dass ich ihr nächstes Mal vorher sagen solle, wenn wir eine Wanderung machen. Ich musste schmunzeln. Denn Wandern ist sozusagen die längere Version eines Spaziergangs. Und beides macht man entspannt; die Route und das Ziel sind bekannt, man ist gut ausgerüstet und kann die Natur genießen.

Es tut gut zu wissen: Wer im Leben durch ein dunkles Tal muss, wird es durchwandern. Er wird nicht darin bleiben.

*Ich bin entspannt, weil ich weiss, dass Gottes Weg mit mir weitergeht.*

## **Ängste sind wie Schatten**

Die Elberfelder Bibel nennt das Tal in Vers vier das «Tal des Todesschattens». Das finde ich ermutigend! Einerseits weil da, wo Schatten ist, irgendwo auch Licht sein muss. Und, weil ich mich vor keinem Schatten fürchten muss – es ist ja nur ein Schatten. Und, weil Schatten nur sein können, solange es dunkel ist.

*Ich bin beruhigt zu wissen, dass ein Schatten nur ein Schatten ist.*

## **Keine Angst vor einem Schatten**

Der Schatten eines Hundes kann nicht beißen. Der Schatten eines Schwertes kann nicht töten. Der Schatten des Todes kann uns nicht vom Guten Hirten trennen.

Wer mit dem Guten Hirten wandert, der weiss, dass Krankheit und Tod keine Bedrohungen sind. Denn hinter den dunklen Schatten scheint Gottes Licht. Das Licht bleibt, die Schatten vergehen und unsere Seelen werden ewig leben!

*Ich bin innerlich ruhig, weil ich weiss, dass es wieder hell werden wird.*

# Keine Angst im Angesicht des Bösen

David behauptet nicht, dass es im dunklen Tal nichts Böses gäbe. Aber wenn da etwas Böses sein sollte, fürchtet er es nicht. Denn er weiss, dass der Gute Hirte dem Tod «den Sieg und den Stachel» genommen hat. Die Bedrohung kann noch so böse wirken, der Erlöser ist grösser!

*Ich bin mutig, weil ich weiss, dass die Bedrohung machtlos über mich ist.*

# Keine Angst, weil Gott bei mir ist

Gott ist immer da! Der Gute Hirte begleitet seine Schafe durch jedes dunkle Tal und er verlässt sie nicht. Auch wartet er nicht am anderen Ende des Tals auf seine Herde – er wandert mit ihr.

*Ich fühle mich geborgen und getröstet, denn ich weiss, dass Gott immer da ist.*

# Stecken und Stab: Schutz und Leitung

Mit dem Stecken beschützt der Gute Hirte seine Schafe: Er setzt ihn gegen Räuber und Raubtiere ein. Mit dem Stab führt er seine Herde: Er stupst sie sanft, um sie auf dem richtigen Weg zu leiten.

*Ich fühle mich sicher, weil Gott für mich kämpft und mich leitet.*

# Jedes Tal hat ein Ende

Weil kein Tal endlos ist, brauche ich mich nicht zu fürchten. Weder vor einer Krankheit, noch vor dem Tod. Ja, meine Krankheit ist Realität und sie kann wie ein Tal sein. Aber dieses Tal ist auch ein Ort des Schutzes und der Fruchtbarkeit. Denn oben auf dem Berg ist man den Launen des Wetters ausgesetzt. Der Gute Hirte segnet mich in diesem dunklen Tal. Deshalb warte ich nicht passiv auf bessere Zeiten. Ich will den Segen empfangen, den Gott mir jetzt, hier in diesem Tal, schenken will.

*Ich bin zuversichtlich, weil Gott jedes Minus zum Plus und jedes Ende zu einem Anfang macht.*

Zum Thema:

[Dossier: Vom Hirten und seinen Schafen](#)

Datum: 14.12.2025

Autor: Reto Kaltbrunner

Quelle: Livenet

Tags

[Krankheit](#)

[Leben als Christ](#)

[Bibel](#)