

Die Psalmen

Psalmen lesen, singen, beten

Die Psalmen sind zeitlose Schätze. Im Lesen öffnen sie unsere Herzen, im Singen berühren sie unsere Seele, im Gebet umfassen sie die Hand Gottes. Alles findet dort Raum: Klage, Schmerz, Zweifel, aber auch Freude, Zuversicht und Trost.

Psalm 42,1-3; Psalm 77,2-4; Psalm 88,2-4; Psalm 30,1; Psalm 92,1; Psalm 95,1; Psalm 33; Psalm 3; Psalm 109; 1. Chronik 16,1.7-36

Revidierte Elberfelder Bibel (Rev. 26) © 1985/1991/2008 SCM R.Brockhaus im SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten

Struktur der Psalmen

Buch I Psalm 1-41	Buch II Psalm 42-72	Buch III Psalm 73-89	Buch IV Psalm 90-106	Buch V Psalm 107-150
ABSCHLUSS DER BÜCHER MIT LOB AUF GOTTES HERRLICHKEIT				
Psalm 41,14	Psalm 72,18-19	Psalm 89,53	Psalm 106,48	Ende: Psalm 145 → 5faches Halleluja

NOTIZEN

Psalm 42,1-3

¹ Eine Unterweisung der Söhne Korach, vorzusingen.

² Wie der Hirsch lechzt nach frischem Wasser,
so schreit meine Seele, Gott, zu dir.

³ Meine Seele dürstet nach Gott,
nach dem lebendigen Gott.
Wann werde ich dahin kommen,
dass ich Gottes Angesicht schaue?

Psalm 77,2-4

² Ich rufe zu Gott und schreie um Hilfe,
zu Gott rufe ich und er erhört mich.

³ In der Zeit meiner Not suche ich den Herrn; /
meine Hand ist des Nachts ausgereckt und lässt nicht ab;
denn meine Seele will sich nicht trösten lassen.

⁴ Ich denke an Gott – und bin betrübt;
ich sinne nach – und mein Herz ist in Ängsten. Sela.

Psalm 88,2-4

² Herr, Gott, mein Heiland,
ich schreie Tag und Nacht vor dir.

³ Lass mein Gebet vor dich kommen,

neige deine Ohren zu meinem Schreien.

⁴ Denn meine Seele ist übertoll an Leiden,
und mein Leben ist nahe dem Tode.

Fragen:

Psalm 42

- Was sagen die genannten Bilder über den inneren Zustand des Beters aus?
- Inwieweit treffen Worte wie „lechzen“, „schreien“, „dürsten“ die persönliche Lebenswelt?
- Inwiefern ist dieser Psalm ein Beispiel dafür, wie man in Zeiten von Trostlosigkeit und Sehnsucht beten kann?
- In welcher Beziehung stehen körperliches Leiden und spirituellem Verlangen?

Psalm 77

- „Not lehrt beten“ – so sagt es der Volksmund. Inwieweit sind Zeiten der Not wichtig, damit wir Gott nicht vergessen?
- Asaf beschreibt eine Ambivalenz: einerseits weiß er sich von Gott erhört (V.2), andererseits lässt sich seine Seele nicht trösten (V.3). Inwiefern kann man sich von Gott erhört und doch nicht getröstet fühlen?

Psalm 88

- Der Psalm formuliert menschliche Verzweiflung, Isolation und die dunklen Lebensmomente. Die Themen finden keine Auflösung, die Verse enden eher düster. Gibt es in den Zeilen trotzdem einen Hoffnungsschimmer?
- Inwiefern kann dieser Psalm Trost in unseren dunkelsten Stunden bieten?

1.Chronik 16,1.7-36

¹ Und als sie die Lade Gottes hineinbrachten, setzte man sie in das Zelt, das David für sie aufgerichtet hatte, und opferte Brandopfer und Dankopfer vor Gott.

⁷ Zu der Zeit ließ David zum ersten Mal dem HERRN danken durch Asaf und seine Brüder:

⁸ Danket dem HERRN, ruft seinen Namen an,
tut kund unter den Völkern sein Tun!

⁹ Singet und spielet ihm,
redet von allen seinen Wundern!

¹⁰ Rühmet seinen heiligen Namen;
es freue sich das Herz derer, die den HERRN suchen!

¹¹ Fraget nach dem HERRN und nach seiner Macht,
suchet sein Angesicht allezeit!

¹² Gedenket seiner Wunder, die er getan hat,
seiner Zeichen und der Urteile seines Mundes,

¹³ ihr, das Geschlecht Israels, seines Knechts,
ihr Söhne Jakobs, seine Auserwählten!

¹⁴ Er ist der HERR, unser Gott,
er richtet in aller Welt.

¹⁵ Gedenket ewig seines Bundes,

des Wortes, das er verheißen hat
 für tausend Geschlechter,
¹⁶ den er gemacht hat mit Abraham,
 und seines Eides, den er Isaak geschworen hat,
¹⁷ den er Jakob gesetzt hat zur Satzung
 und Israel zum ewigen Bund
¹⁸ und sprach: Dir will ich das Land Kanaan geben,
 das Los eures Erbteils.
¹⁹ Als sie noch gering an Zahl waren,
 wenige und Fremdlinge im Lande,
²⁰ da zogen sie von einem Volk zum andern
 und von einem Königreich zum andern.
²¹ Er ließ niemand ihnen Schaden tun
 und wies Könige zurecht um ihretwillen:
²² Tastet meine Gesalbten nicht an,
 und tut meinen Propheten kein Leid!

²³ Singet dem HERRN, alle Lande,
 verkündiget täglich sein Heil!
²⁴ Erzählet unter den Heiden seine Herrlichkeit
 und unter allen Völkern seine
 Wunder!
²⁵ Denn der HERR ist groß und hoch zu loben
 und mehr zu fürchten als alle Götter.
²⁶ Denn aller Heiden Götter sind Götzen,
 der HERR aber hat den Himmel gemacht.
²⁷ Hoheit und Pracht sind vor ihm,
 Macht und Freude in seinem Heiligtum.

²⁸ Bringet dar dem HERRN, ihr Völker,
 bringet dar dem HERRN Ehre und Macht!
²⁹ Bringet dar dem HERRN die Ehre seines Namens,
 bringet Geschenke und kommt vor ihn und betet den HERRN an in
 heiligem Schmuck!
³⁰ Es fürchte ihn alle Welt.
 Er hat den Erdkreis gegründet,
 dass er nicht wankt.

³¹ Es freue sich der Himmel, und die Erde sei fröhlich,
 und man sage unter den Heiden, dass der HERR regiert!
³² Das Meer brause und was darinnen ist,
 und das Feld sei fröhlich und alles, was darauf ist.
³³ Es sollen jauchzen alle Bäume im Wald
 vor dem HERRN; denn er kommt, zu richten die Erde.

³⁴ Danket dem HERRN, denn er ist freundlich,
 und seine Güte währet ewiglich.
³⁵ Und sprecht: Hilf uns, Gott, unser Heiland,
 und sammle uns und errette uns von den Heiden,
 dass wir deinen heiligen Namen preisen
 und dir Lob sagen!
³⁶ Gelobt sei der HERR, der Gott Israels,
 von Ewigkeit zu Ewigkeit!

Psalm 30,1

¹ EIN PSALM DAVIDS, EIN LIED ZUR EINWEIHUNG DES TEMPELS.

Psalm 92,1

¹ EIN PSALMLIED FÜR DEN SABBATTAG.

Psalm 95,1

¹ Kommt herzu, lasst uns dem HERRN frohlocken
und jauchzen dem Hort unsres Heils!

Fragen:

1.Chronik 16

- Weshalb lässt Asaf in seiner Komposition einige historische Elemente aus, die ebenso die Geschichte Israels mit Gott beschreiben, aber weniger ruhmreich sind?
- Inwieweit ist das gemeinschaftliche Gedenken an Gottes Handeln von Bedeutung?
- Wo ist in unserer spirituellen Praxis Raum, um sich der großen Taten Gottes zu erinnern und diese zu feiern?

Psalm 92

- Der Psalmist schreibt ein Lied, speziell für den Sabbat. Was ist an dem Sabbat das „hoch zu Lobende“?
- Der Psalm spricht Themen an, die scheinbar nichts mit dem Sabbat zu tun haben. Weshalb finden die Themen trotzdem Anklang?
- Was ist das „Gute“ daran, dem Herrn zu danken? Welche Strategien helfen, Dankbarkeit in den Alltag zu integrieren?

Psalm 95

- Ist Jauchzen und das Gedenken an das Heil ein prophylaktisches Mittel vor „Verhärtung des Herzens“?
- Die erwähnte Generation (vgl. 2. Mose 17,7) der Israeliten hatte die großen Wunder erlebt. Inwieweit sind erlebte Wunder trügerische Beziehungsindikatoren? Welchen Stellenwert haben Wunder? Welchen Stellenwert hat Dank?

Psalm 33

¹ Freuet euch des HERRN, ihr Gerechten;
die Frommen sollen ihn recht preisen.

² Danket dem HERRN mit Harfen;
lobsinget ihm zum Psalter von zehn Saiten!

³ Singet ihm ein neues Lied;
spielt schön auf den Saiten mit fröhlichem Schall!

⁴ Denn des HERRN Wort ist wahrhaftig,
und was er zusagt, das hält er gewiss.

⁵ Er liebt Gerechtigkeit und Recht;
die Erde ist voll der Güte des HERRN.

⁶ Der Himmel ist durch das Wort des HERRN gemacht
und all sein Heer durch den Hauch seines Mundes.

⁷ Er hält die Wasser des Meeres zusammen wie in einem Schlauch
und sammelt in Kammern die Fluten.

⁸ Alle Welt fürchte den HERRN,
und vor ihm scheue sich alles, was auf dem Erdboden wohnt.
⁹ Denn wenn er spricht, so geschieht's;
wenn er gebietet, so steht's da.
¹⁰ Der HERR macht zunichte der Heiden Rat
und wehrt den Gedanken der Völker.
¹¹ Aber der Ratschluss des HERRN bleibt ewiglich,
seines Herzens Gedanken für und für.
¹² Wohl dem Volk, dessen Gott der HERR ist,
dem Volk, das er zum Erbe erwählt hat!
¹³ Der HERR schaut vom Himmel
und sieht alle Menschenkinder.
¹⁴ Von seinem festen Thron sieht er auf alle,
die auf Erden wohnen.
¹⁵ Er lenkt ihnen allen das Herz,
er gibt acht auf alle ihre Werke.
¹⁶ Einem König hilft nicht seine große Macht;
ein Held kann sich nicht retten durch seine große Kraft.
¹⁷ Rosse helfen auch nicht; da wäre man betrogen;
und ihre große Stärke errettet nicht.
¹⁸ Siehe, des HERRN Auge achtet auf alle, die ihn fürchten,
die auf seine Güte hoffen,
¹⁹ dass er sie errette vom Tode
und sie am Leben erhalte in Hungersnot.

²⁰ Unsre Seele harret auf den HERRN;
er ist uns Hilfe und Schild.
²¹ Denn unser Herz freut sich seiner,
und wir trauen auf seinen heiligen Namen.
²² Deine Güte, HERR, sei über uns,
wie wir auf dich hoffen.

Fragen:

- **Welcher Zusagen Gottes kann ich mir gewiss sein (V.4)?**
- **Weshalb steht die Aussage, dass Gott seine Zusagen gewiss hält, der Mensch ihm also vertrauen kann, im Zusammenhang zur Schöpfung?**
- **Die letzten Verse (V.18-22) lesen sich wie ein glückliches, erfülltes, sicheres Leben. Inwieweit trifft das die eigene Realität?**

Psalm 3

¹ Ein Psalm DAVIDS, ALS ER VOR SEINEM SOHN ABSALOM FLOH.
² Ach HERR, wie sind meiner Feinde so viel
und erheben sich so viele gegen mich!
³ Viele sagen von mir:
Er hat keine Hilfe bei Gott. SELA.
⁴ Aber du, HERR, bist der Schild für mich,
du bist meine Ehre und hebst mein Haupt empor.

⁵ Ich rufe mit meiner Stimme zum HERRN,
so erhört er mich von seinem heiligen Berge. SELA.
⁶ Ich liege und schlafe und erwache;

denn der HERR hält mich.

⁷ Ich fürchte mich nicht vor vielen Tausenden,
die sich ringsum wider mich legen.

⁸ Auf, HERR, und hilf mir, mein Gott! /
Denn du schlägst alle meine Feinde auf die Backe
und zerschmetterst der Gottlosen Zähne.

⁹ Bei dem HERRN findet man Hilfe.
Dein Segen komme über dein Volk! SELA.

Fragen:

- **Inwieweit helfen die historischen Hintergründe beim Verstehen (vgl. 2. Samuel 15,13-37)**
- **Wie ist der Psalm aufgebaut?**
- **Welche Elemente, Metaphern, Personenwechsel fallen auf? Was kommt dadurch zum Ausdruck?**
- **Wie kann David während seiner Flucht davon ausgehen, dass der Herr sein Haupt erhebt (V.4)**
- **Inwiefern kann ich in den schwierigen Zeiten des Lebens davon ausgehen, dass Gott ganz sicher eingreifen wird?**

Psalm 109

¹ Ein Psalm DAVIDS, VORZUSINGEN.

Gott, mein Ruhm, schweige nicht!

² Denn sie haben ihr gottloses Lügenmaul wider mich aufgetan.

Sie reden wider mich mit falscher Zunge /

³ und reden giftig wider mich allenthalben
und streiten wider mich ohne Grund.

⁴ Dafür, dass ich sie liebe, feinden sie mich an;
ich aber bete.

⁵ Sie erweisen mir Böses für Gutes
und Hass für Liebe.

⁶ Gib ihm einen Gottlosen zum Gegner,
und ein Verkläger stehe zu seiner Rechten.

⁷ Wenn er gerichtet wird, soll er schuldig gesprochen werden,
und sein Gebet werde zur Sünde.

⁸ Seiner Tage sollen wenige werden,
und sein Amt soll ein anderer empfangen.

⁹ Seine Kinder sollen Waisen werden
und seine Frau eine Witwe.

¹⁰ Seine Kinder sollen umherirren und betteln
und vertrieben werden aus ihren Trümmern.

¹¹ Es soll der Wucherer alles fordern, was er hat,
und Fremde sollen seine Güter rauben.

¹² Und niemand soll ihm Gutes tun,
und niemand erbarme sich seiner Waisen.

¹³ Seine Nachkommen sollen ausgerottet werden,
ihr Name soll schon im zweiten Glied getilgt werden.

¹⁴ Der Schuld seiner Väter soll gedacht werden vor dem HERRN,
und seiner Mutter Sünde soll nicht getilgt werden.

¹⁵ Der HERR soll sie nie mehr aus den Augen lassen,

und ihr Andenken soll ausgerottet werden auf Erden,
¹⁶ weil er so gar keine Barmherzigkeit übte,
sondern verfolgte den Elenden und Armen und den Betrübten, ihn zu töten.

¹⁷ Er liebte den Fluch,
so komme er auch über ihn;
er wollte den Segen nicht,
so bleibe er auch fern von ihm.

¹⁸ Er zog den Fluch an wie sein Hemd;
der dringe in ihn hinein wie Wasser und wie Öl in seine Gebeine;

¹⁹ er werde ihm wie ein Kleid, das er anhat,
und wie ein Gürtel, mit dem er allezeit sich gürtet.

²⁰ So geschehe denen vom HERRN, die wider mich sind
und die Böses reden wider mich.

²¹ Aber du, HERR, /
sei du mit mir um deines Namens willen;
denn deine Gnade ist mein Trost: Errette mich!

²² Denn ich bin arm und elend;
mein Herz ist zerschlagen in mir.

²³ Ich fahre dahin wie ein Schatten, der schwindet,
und werde abgeschüttelt wie Heuschrecken.

²⁴ Meine Knie sind schwach vom Fasten,
und mein Leib ist mager und hat kein Fett.

²⁵ Ich bin ihnen zum Spott geworden;
wenn sie mich sehen, schütteln sie den Kopf.

²⁶ Steh mir bei, HERR, mein Gott!

Hilf mir nach deiner Gnade,

²⁷ und lass sie innwerden, dass dies deine Hand ist
und du, HERR, das tust.

²⁸ Fluchen sie, so segne du. /

Erheben sie sich gegen mich, so sollen sie zuschanden werden;
aber dein Knecht soll sich freuen.

²⁹ Meine Widersacher sollen mit Schmach angezogen
und mit ihrer Schande bekleidet werden wie mit einem Mantel.

³⁰ Ich will dem HERRN sehr danken mit meinem Munde
und ihn rühmen vor der Menge.

³¹ Denn er steht dem Armen zur Rechten,
dass er ihm helfe von denen, die ihn verurteilen.

Fragen:

- **David spricht von seiner Liebe, die er seinen Feinden zuteilwerden lässt. Da diese nicht erwidert wird, richtet er unbarmherzig klingende Worte an Gott. Wie kann das Gebet ab V.6ff eingeordnet werden?**
- **Inwiefern spricht der Psalm zu den Erfahrungen von Ungerechtigkeit und falscher Anklage in unserem Leben? Wie sieht ein gesunder oder gar geistlicher Umgang aus?**
- **Wie kann ich mit tiefem Schmerz und Verbitterung umgehen, ohne mich in eine Negativspirale zu drehen und die Opferrolle perfekt zu füllen?**