

DIE PSALMEN – PERLEN BIBLISCHER SPIRITUALITÄT

MATERIALBLÄTTER ZUM ACHTTEILIGEN BIBELKURS

- | | |
|--|--------------|
| 1. Einheit: Donnerstag, 25. Feber 2021, 20.00-21.30 Uhr
Alles, was atmet, lobe den HERRN. (Ps 150,6)
Einführung in das Psalmenbuch am Beispiel von Psalm 1 und 150 | Seiten 5-7 |
| 2. Einheit: Donnerstag, 11. März 2021, 20.00-21.30 Uhr
Erschaffe mir, Gott, ein reines Herz! (Ps 51,12)
Schuld und Vergebung am Beispiel von Psalm 51 und 130 | Seiten 8-9 |
| 3. Einheit: Donnerstag, 25. März 2021, 20.00-21.30 Uhr
Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen? (Ps 22,2)
Das Sterbegebet Jesu (Psalm 22) und ein Christuslied (Phil 2,6-11) | Seiten 10-13 |
| 4. Einheit: Donnerstag, 8. April 2021, 20.00-21.30 Uhr
Du hast mein Klagen in Tanzen verwandelt. (Ps 30,12)
Die Begegnung mit dem Rettergott am Beispiel von Psalm 30 und 118 | Seiten 14-17 |
| 5. Einheit: Donnerstag, 22. April 2021, 20.00-21.30 Uhr
Der HERR ist mein Hirt. (Ps 23,1)
Gottvertrauen am Beispiel von Psalm 23 und 139 | Seiten 18-20 |
| 6. Einheit: Donnerstag, 6. Mai 2021, 20.00-21.30 Uhr
Auf die Niedrigkeit seiner Magd hat er geschaut. (Lk 1,48)
Lobgesänge der Armen: Psalm 113 und das Magnificat | Seiten 21-23 |
| 7. Einheit: Donnerstag, 20. Mai 2021, 20.00-21.30 Uhr
Die Erde ist voll von deinen Geschöpfen. (Ps 104,24)
Biblische Schöpfungsfrömmigkeit am Beispiel von Psalm 8 und 104 | Seiten 24-26 |
| 8. Einheit: Dienstag, 1. Juni 2021, 20.00-21.30 Uhr
ER behütet dein Leben. (Ps 121,7)
Mit Gott auf dem Weg am Beispiel der Psalmen 121 und 122 | Seiten 27-28 |

Hinweis: sämtliche Texte sind der Einheitsübersetzung von 1980 entnommen (Rechte: Katholische Bibelanstalt Stuttgart). Dass die Psalmen auf dieser Textbasis erschlossen werden, rührt daher, dass sie in dieser Gestalt im Katholischen Gebet- und Gesangbuch Gotteslob zu finden sind. Daher ist dieser Text vertraut. Parallel dazu wird im Kurs mit der Einheitsübersetzung von 2016 gearbeitet. So schärft sich der Blick auf den Text von zwei Seiten.

GRUNDLEGENDES ZU DEN PSALMEN UND GESÄNGEN DER BIBEL

Die Bezeichnung „Psalm“ wird vom griechischen Wort „psalmos“, („Lied zur Harfe“), abgeleitet. Im Hebräischen heißen die Psalmen „tehilim“, was von Martin Buber mit „Preisungen“ wiedergegeben wird.

Auch andere Schriften des Alten und Neuen Testaments enthalten zahlreiche Texte, die der Gattung Psalm zuzuordnen sind; so zum Beispiel: Ex 15,1-18: Das Lied des Mose; 1 Sam 2,1-10: Das Danklied der Hanna; Phil 2,6-11: Der Christushymnus usw. Sie werden als „Cantica“, also „Gesänge“, bezeichnet.

Die Entstehung der Psalmen und des Psalters

Die ersten Psalmen bzw. die Urfassung einiger Psalmen entstanden schon vor dem babylonischen Exil (586-538 vor Chr.). Diese Texte dienten zum Teil auch als Festgesänge für den Gottesdienst im Tempel von Jerusalem oder als Gesänge bei der Einsetzung des Königs. In der Zeit des Exils und danach kommt es dann zu reger schriftstellerischer Tätigkeit von mehreren Seiten:

- ◆ Weisheits- und Gesetzeslehrer formulieren ihre Gedanken in Form von Psalmen.
- ◆ Einzelne Beter oder vielleicht auch Beterinnen aus dem Volk drücken ihre persönliche Freude oder ihr Leid in Liedern aus.
- ◆ Schriftgelehrte, die unterschiedlichen Traditionen verpflichtet sind (Zion, Schöpfung, JHWH-König, Tora, Geschichte, Bund), verfassen ebenfalls Psalmen oder bearbeiten schon vorhandene Texte.

Die Psalmen wurden zunächst zum Teil mündlich weitergegeben. Vieles ist somit verloren gegangen. Der zweite Schritt ist dann die Verschriftlichung und Entstehung von Sammlungen, etwa: Ps 3-41: Erster Davidpsalter oder Ps 120-134: Wallfahrtspsalmen.

Um 200 vor Chr. ist das Buch der Psalmen abgeschlossen und die Sammlungen sind miteinander verknüpft. Es umfasst 150 Psalmen und wird in fünf Bücher unterteilt. 73 Psalmen werden nun noch mit der Überschrift „von/für David“ versehen, was in der jüdischen Literatur so kommentiert wird: „Mose hat Israel die fünf Bücher der Tora gegeben, David die fünf Bücher der Psalmen“ (Midraš Tehilim).

Die zweifache Ausrichtung des Psalmenbuchs

Das Buch der Psalmen eröffnet den Reigen jener Bücher, die in der Hebräischen Bibel „Schriften“ genannt werden. Sie bilden neben der Tora und den Propheten den dritten Teil des Alten Testaments. Der erste Psalm erinnert sogleich an die Bedeutung der Weisung Gottes (der fünf Bücher des Mose, auch „Tora“ genannt), über die der Gerechte bei Tag und bei Nacht meditiert. Unverkennbar sind die

Anspielungen auf das „Höre, Israel!“ (Dtn 6,4-9) mit dem Grundgebot der Gottesliebe. Der Beter der Psalmen ist demnach der Gerechte, der die Weisung Gottes befolgt. Das gilt auch für die Christen. Nach dem wichtigsten Gebot gefragt, beruft sich Jesus nämlich auf das Gesetz des Mose mit dem Gebot der Gottes- und Nächstenliebe (siehe Mk 12,28-34 – Jesus zitiert Dtn 6,4: Liebe zu Gott und Lev 19,18: Liebe zum Nächsten).

Der zweite Psalm spricht dann vom Herrn und seinem Gesalbten. Zudem kommt es im Zuge des Abschlusses des Psalmenbuches zur „Davidisierung“ der Psalmen: 73 Psalmen werden David, der damals bereits als Kristallisationspunkt der messianischen Hoffnungen Israels galt, zugeschrieben. Das heißt, dass die Psalmen im Lichte der Erwartung des kommenden Messias verstanden werden müssen, dessen Aufgabe es ist, ein Reich des Friedens zu schaffen und die Völker zu lehren, nach der Weisung Gottes zu leben.

Nach dem Tod und der Auferstehung Jesu werden die Psalmen von den Christen neu gelesen: nämlich im Lichte des zu Gott erhöhten Messias Jesus, der am Ende der Zeiten wiederkommen soll. Für die Christen sind die Psalmen also:

- ◆ **Vox Christi:** das Gebet Jesu Christi. Er hat selbst in seiner Todesstunde am Kreuz Psalmen gebetet (Mk 15,34: Ps 22,2; Lk 23,46: Ps 31,6). Wer Psalmen betet, tut dies in Gemeinschaft mit Jesus, seinem Bruder, und als Glied des Volkes Gottes.
- ◆ **Vox ad Christum:** das Gebet zu Jesus Christus. Jesus ist nicht nur unser Bruder, sondern auch der Kyrios, der erhöhte Herr. Daher sind die Psalmen auch das Gebet zu Christus, dem Sohn Davids.
- ◆ **Vox de Christo:** die Rede über Jesus. In den Schriften des Neuen Testaments werden die Psalmen immer wieder herangezogen, um im Lichte des Alten Testaments zu deuten, wer Jesus von Nazaret ist, und die Glaubwürdigkeit des Evangeliums zu untermauern (Hebr 1,5 zitiert zum Beispiel Ps 2,7 usw.).

Die Psalmen im Gottesdienst

Bereits in alttestamentlicher Zeit werden Psalmen beim Gottesdienst im Tempel von Jerusalem und in der Synagoge verwendet. Die älteste Form des Psalmengesanges dürfte der Psalm mit Kehrsvers sein. Diese Vermutung drängt sich bei einigen Psalmen nahezu auf: Ps 103,1.22: „Lobe den Herrn, meine Seele!“, Ps 118,1.29: „Danket dem Herrn, denn er ist gütig, denn seine Huld währt ewig“, Ps 149,1.9: „Halleluja“ usw.

Auch die neutestamentlichen Gemeinden haben von Anfang an im Gottesdienst Psalmen gesungen: „Lasst in eurer Mitte Psalmen, Hymnen und Lieder erklingen, wie der Geist sie eingibt“ (Eph 5,19). In der Eucharistiefeier werden schon bald die drei großen Prozessionen vom Psalmengesang begleitet: die Einzugsprozession (Introitus), die Gabenprozession (Offertorium) und der Gang zur Kommunion (Communio). Der Psalm wird von einem Kantor vorgetragen - sein Rollenbuch ist das Kantonale -, das Volk singt den Kehrsvers. Auf die erste Lesung folgt der

Antwortpsalm, der auch heute ein wesentliches Element des Wortgottesdienstes ist. Da er auf den Stufen des Ambo gesungen wurde, wird er auch Graduale, Stufengesang, genannt. Auch der Antwortpsalm wird in der Regel als Psalm mit Kehrsvers vorgetragen.

In der Tagzeitenliturgie (Laudes, Vesper etc.) wurden die Psalmen in unterschiedlichem Umfang gebetet. Je deutlicher diese Form der Liturgie zum Gebet der Mönche wurde, desto stärker wurde die Zahl der zu betenden Psalmen vermehrt. Von manchen Heiligen wird überliefert, dass sie täglich alle 150 Psalmen auswendig gebetet haben. Benedikt trug seinen Mönchen auf, wenigstens im Laufe einer Woche alle Psalmen zu beten. In den klösterlichen Gemeinschaften gelangte die wechselhörige Form des Psalmengesanges zur Blüte. Sie verlangt hohes Einfühlungsvermögen und besitzt außerordentliche meditative Kraft.

Ägyptische Einsiedler haben eine dritte Form des Psalmengebets entwickelt. Der Psalm wird als Lesung vorgetragen. Danach wird der Psalm in Stille meditiert. Die Meditation wird durch ein Gebet abgeschlossen.

PSALM 1 UND SEINE STELLUNG IM ALTEN TESTAMENT

Der Aufbau des Alten Testaments

TORA (Pentateuch, Die fünf Bücher des Mose)

Propheten

Josua 1,7-8

Sei nur mutig und stark, und achte genau darauf, dass du ganz nach der Weisung handelst, die *mein Knecht Mose* dir *gegeben* hat. Weich nicht nach rechts und nicht nach links davon ab, damit du Erfolg hast in allem, was du unternimmst. Über dieses Gesetzbuch sollst du immer reden und Tag und Nacht darüber nachsinnen, damit du darauf achtest, genau so zu handeln, wie darin geschrieben steht. Dann wirst du auf deinem Weg Glück und Erfolg haben.

Maleachi 3,22

Denkt an das *Gesetz meines Knechtes Mose*; am Horeb habe ich ihm Satzung und Recht *übergeben*, die für ganz Israel gelten.

Schriften

Psalm 1

¹ Wohl dem Mann, der nicht dem Rat der Frevler folgt, /
nicht auf dem Weg der Sünder geht, *
nicht im Kreis der Spötter sitzt,

² sondern Freude hat an der Weisung des Herrn, *
über seine Weisung nachsinnt bei Tag und bei Nacht.

³ Er ist wie ein Baum, *
der an Wasserbächen gepflanzt ist,
der zur rechten Zeit seine Frucht bringt *
und dessen Blätter nicht welken.

Alles, was er tut, *
wird ihm gut gelingen.

⁴ Nicht so die Frevler: *
Sie sind wie Spreu, die der Wind verweht.

⁵ Darum werden die Frevler im Gericht nicht bestehen *
noch die Sünder in der Gemeinde der Gerechten.

⁶ Denn der Herr kennt den Weg der Gerechten, *
der Weg der Frevler aber führt in den Abgrund.

PSALM 2: Der König und sein Gesalbter

¹ Warum toben die Völker, *
warum machen die Nationen vergebliche Pläne?
² Die Könige der Erde stehen auf, *
die Großen haben sich verbündet gegen den Herrn und seinen Gesalbten.
³ «Lasst uns ihre Fesseln zerreißen *
und von uns werfen ihre Stricke!»

⁴ Doch er, der im Himmel thront, lacht, *
der Herr verspottet sie.
⁵ Dann aber spricht er zu ihnen im Zorn, *
in seinem Grimm wird er sie erschrecken:
⁶ «Ich selber habe meinen König eingesetzt *
auf Zion, meinem heiligen Berg.»

⁷ Den Beschluss des Herrn will ich kundtun. /
Er sprach zu mir: «Mein Sohn bist du. *
Heute habe ich dich gezeugt.
⁸ Fordre von mir und ich gebe dir die Völker zum Erbe, *
die Enden der Erde zum Eigentum.
⁹ Du wirst sie zerschlagen mit eiserner Keule, *
wie Krüge aus Ton wirst du sie zertrümmern.»

¹⁰ Nun denn, ihr Könige, kommt zur Einsicht, *
lasst euch warnen, ihr Gebieter der Erde!
¹¹ Dient dem Herrn in Furcht *
und küsst ihm mit Beben die Füße,
¹² damit er nicht zürnt *
und euer Weg nicht in den Abgrund führt.
Denn wenig nur und sein Zorn ist entbrannt. *
Wohl allen, die ihm vertrauen!

PSALM 150

Psalm 146-150: Im Rahmen der Psalmen (Anfang und Schluss) zehnmal Halleluja (hebr. = gelobt sei JHWH).

Psalm 150: im Kernteil zehnmal die Aufforderung halelu (hebr. = lobt!). Das Reich Gottes, das in der Schöpfung und Weisung Gottes grundgelegt ist, soll zum Durchbruch kommen.

¹ Halleluja! (= hebr. *halelu-jah*)

(halelu) Lobet Gott in seinem Heiligtum, *

(halelu) lobt ihn in seiner mächtigen Feste!

² *(halelu)* Lobt ihn für seine großen Taten, *

(halelu) lobt ihn in seiner gewaltigen Größe!

Heiligtum
Schöpfung
Geschichte
Allmacht

³ *(halelu)* Lobt ihn mit dem Schall der Hörner, *

(halelu) lobt ihn mit Harfe und Zither!

⁴ *(halelu)* Lobt ihn mit Pauken und Tanz, *

(halelu) lobt ihn mit Flöten und Saitenspiel!

⁵ *(halelu)* Lobt ihn mit hellen Zimbeln, *

(halelu) lobt ihn mit klingenden Zimbeln!

⁶ Alles, was atmet, *

lobe den Herrn!

Halleluja! (= hebr. *halelu-jah*)

PSALM 51: Schuld und Vergebung

1 Für den Chorleiter. Ein Psalm Davids.

2 Als der Prophet Natan zu ihm kam, nachdem er zu Batscha gegangen war.

3 Gott, sei mir gnädig nach deiner Huld, *
tilge meine Frevel nach deinem reichen Erbarmen!

4 Wasch meine Schuld von mir ab, *
und mach mich rein von meiner Sünde!

5 Denn ich erkenne meine bösen Taten, *
meine Sünde steht mir immer vor Augen.

6 Gegen dich allein habe ich gesündigt, *
ich habe getan, was dir missfällt.

So behältst du recht mit deinem Urteil, *
rein stehst du da als Richter.

7 Denn ich bin in Schuld geboren; *
in Sünde hat mich meine Mutter empfangen.

8 Lauterer Sinn im Verborgenen gefällt dir, *
im Geheimen lehrst du mich Weisheit.

9 Entsündige mich mit Ysop, dann werde ich rein; *
wasche mich, dann werde ich weißer als Schnee.

10 Sättige mich mit Entzücken und Freude! *
Jubeln sollen die Glieder, die du zerschlagen hast.

11 Verbirg dein Gesicht vor meinen Sünden, *
tilge all meine Frevel!

12 Erschaffe mir, Gott, ein reines Herz, *
und gib mir einen neuen, beständigen Geist!

13 Verwirf mich nicht von deinem Angesicht, *
und nimm deinen heiligen Geist nicht von mir!

14 Mach mich wieder froh mit deinem Heil; *
mit einem willigen Geist rüste mich aus!

15 Dann lehre ich Abtrünnige deine Wege, *
und die Sünder kehren um zu dir.

16 Befrei mich von Blutschuld, Herr, du Gott meines Heiles, *
dann wird meine Zunge jubeln über deine Gerechtigkeit.

17 Herr, öffne mir die Lippen, *
und mein Mund wird deinen Ruhm verkünden.

18 Schlachtopfer willst du nicht, ich würde sie dir geben; *
an Brandopfern hast du kein Gefallen.

19 Das Opfer, das Gott gefällt, ist ein zerknirschter Geist, *
ein zerbrochenes und zerschlagenes Herz wirst du, Gott, nicht verschmähen.

20 In deiner Huld tu Gutes an Zion; *
bau die Mauern Jerusalems wieder auf!

21 Dann hast du Freude an rechten Opfern, /
an Brandopfern und Ganzopfern, *
dann opfert man Stiere auf deinem Altar.

PSALM 130: Schuld und Vergebung

1 Aus der Tiefe rufe ich, Herr, zu dir: *

2 Herr, höre meine Stimme!

 Wende dein Ohr mir zu, *

 achte auf mein lautes Flehen!

3 Würdest du, Herr, unsere Sünden beachten, *

Herr, wer könnte bestehen?

 4 Doch bei dir ist Vergebung, *

 damit man in Ehrfurcht dir dient.

5 Ich hoffe auf den Herrn, es hofft meine Seele, *

ich warte voll Vertrauen auf sein Wort.

 6 Meine Seele wartet auf den Herrn *

 mehr als die Wächter auf den Morgen.

Mehr als die Wächter auf den Morgen *

7 soll Israel harren auf den Herrn.

Denn beim Herrn ist die Huld, *

bei ihm ist Erlösung in Fülle.

8 Ja, er wird Israel erlösen *

von all seinen Sünden.

PSALM 22: Das Gebet eines todgeweihten Armen

Überschrift

¹ [Für den Chormeister. Nach der Weise «Hinde der Morgenröte». Ein Psalm Davids.]

RUF ZU GOTT: Der Psalm als Gebet eines Einzelnen.

² Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen, *
bist fern meinem Schreien, den Worten meiner Klage?

³ Mein Gott, ich rufe bei Tag, doch du gibst keine Antwort; *
ich rufe bei Nacht und finde doch keine Ruhe.

Der Psalm als Gebet der Gemeinde.

⁴ *Aber du bist heilig, **

du thronst über dem Lobpreis Israels.

⁵ *Dir haben unsre Väter vertraut, **

sie haben vertraut, und du hast sie gerettet.

⁶ *Zu dir riefen sie und wurden befreit, **

dir vertrauten sie und wurden nicht zuschanden.

ERSTE KLAGE: Ich und die Gegner

⁷ Ich aber bin ein Wurm und kein Mensch, *
der Leute Spott, vom Volk verachtet.

⁸ Alle, die mich sehen, verlachen mich, *
verziehen die Lippen, schütteln den Kopf:

⁹ «Er wälze die Last auf den Herrn, *
der soll ihn befreien!

Der reiße ihn heraus, *
wenn er an ihm Gefallen hat.»

BEKENNTNIS DES VERTRAUENS ZU GOTT

¹⁰ Du bist es, der mich aus dem Schoß meiner Mutter zog, *
mich barg an der Brust der Mutter.

¹¹ Von Geburt an bin ich geworfen auf dich, *
vom Mutterleib an bist du mein Gott.

BITTE UM GOTTES HILFE

¹² Sei mir nicht fern, denn die Not ist nahe, *
und niemand ist da, der hilft.

ZWEITE KLAGE: Ich und die Gegner

¹³ Viele Stiere umgeben mich, *
Büffel von Baschan umringen mich.

¹⁴ Sie sperren gegen mich ihren Rachen auf, *
reißende, brüllende Löwen.

¹⁵ Ich bin hingeschüttet wie Wasser, / gelöst haben sich all meine Glieder. *
Mein Herz ist in meinem Leib wie Wachs zerflossen.

16 Meine Kehle ist trocken wie eine Scherbe, / die Zunge klebt mir am Gaumen,*
du legst mich in den Staub des Todes.

17 Viele Hunde umlagern mich, / eine Rotte von Bösen umkreist mich.*
Sie durchbohren mir Hände und Füße.

18 Man kann all meine Knochen zählen;*
sie gaffen und weiden sich an mir.

19 Sie verteilen unter sich meine Kleider*
und werfen das Los um mein Gewand.

BITTE UM GOTTES HILFE

20 Du aber, Herr, halte dich nicht fern!*
Du, meine Stärke, eil mir zu Hilfe!

21 Entreiß mir mein Leben dem Schwert,*
mein einziges Gut aus der Gewalt der Hunde!

22 Rette mich vor dem Rachen des Löwen,*
vor den Hörnern der Büffel rette mich Armen!

GELÜBDE, GOTT ZU PREISEN

23 Ich will deinen Namen meinen Brüdern verkünden,*
inmitten der Gemeinde dich preisen.

Der Lobpreis der Armen

24 *Die ihr den Herrn fürchtet, preist ihn, / ihr alle vom Stamm Jakobs, rühmt ihn;*
erschauert alle vor ihm, ihr Nachkommen Israels!*

25 *Denn er hat nicht verachtet,*
nicht verabscheut das Elend des Armen.*

Er verbirgt sein Gesicht nicht vor ihm;
er hat auf sein Schreien gehört.*

26 *Deine Treue preise ich in großer Gemeinde;*
ich erfülle meine Gelübde vor denen, die Gott fürchten.*

27 *Die Armen sollen essen und sich sättigen; / den Herrn sollen preisen, die ihn suchen.*
Aufleben soll euer Herz für immer.*

Der Lobpreis aller Völker und Generationen

28 *Alle Enden der Erde sollen daran denken / und werden umkehren zum Herrn.*
Vor ihm werfen sich alle Stämme der Völker nieder.*

29 *Denn der Herr regiert als König;*
er herrscht über die Völker.*

30 *Vor ihm allein sollen niederfallen die Mächtigen der Erde,*
vor ihm sich alle niederwerfen, die in der Erde ruhen.*

[Meine Seele, sie lebt für ihn;
31 mein Stamm wird ihm dienen.]*

*Vom Herrn wird man dem künftigen Geschlecht erzählen, /
32 seine Heilstat verkündet man dem kommenden Volk;*
denn er hat das Werk getan.*

DER KLAGEPSALM

Aufbau:

Ruf zu Gott

Klage, oft dreiteilig

- Die Situation des Beters / der Beterin: *Ich*
- Das Tun der Gegner: *Mitmenschen*
- Das Tun Gottes: *Gott*

Bekennnis des Vertrauens zu Gott

Bitte, oft zweiteilig:

- um Gottes Zuwendung
- um Gottes Hilfe und Rettung

Gelübde, Gott zu preisen

Oder: Bekenntnis des Vertrauens, dass Gott helfen wird

DER CHRISTUSHYMNUS AUS DEM PHILIPPERBRIEF (Phil 2,6-11)

Phil 2,6 Christus Jesus war Gott gleich, *
hielt aber nicht daran fest, wie Gott zu sein,
7 sondern er entäußerte sich und wurde wie ein Sklave *
und den Menschen gleich.

Sein Leben war das eines Menschen; /
8 er erniedrigte sich und war gehorsam bis zum Tod, *
bis zum Tod am Kreuz.

9 Darum hat ihn Gott über alle erhöht *
und ihm den Namen verliehen, der größer ist als alle Namen,
10 damit alle im Himmel, auf der Erde und unter der Erde *
ihr Knie beugen vor dem Namen Jesu
11 und jeder Mund bekennt: / Jesus Christus ist der Herr *
zur Ehre Gottes, des Vaters.

PSALM 30: Dank für die Rettung vor dem Tod

¹ [Ein Psalm. Ein Lied zur Tempelweihe. Von David.]

ANKÜNDIGUNG DES LOBES – BEGRÜNDUNG DES LOBES

² Ich will dich rühmen, Herr, / denn du hast mich aus der Tiefe gezogen *
und lässt meine Feinde nicht über mich triumphieren.

DANK – BERICHT: Not – Ruf zu Gott – Rettung

³ Herr, mein Gott, ich habe zu dir geschrien, *
und du hast mich geheilt.

⁴ Herr, du hast mich herausgeholt aus dem Reich des Todes, *
aus der Schar der Todgeweihten mich zum Leben gerufen.

EINLADUNG, ES MÖGEN AUCH ANDERE IN DAS LOB EINSTIMMEN

⁵ Singt und spielt dem Herrn, ihr seine Frommen, *
preist seinen heiligen Namen!

⁶ Denn sein Zorn dauert nur einen Augenblick, *
doch seine Güte ein Leben lang.

Wenn man am Abend auch weint, *
am Morgen herrscht wieder Jubel.

BLICK AUF DIE NOT IN DER VERGANGENHEIT

⁷ Im sicheren Glück dachte ich einst: *

Ich werde niemals wanken.

⁸ Herr, in deiner Güte *
stelltest du mich auf den schützenden Berg.

Doch dann hast du dein Gesicht verborgen. *

Da bin ich erschrocken.

BITTE UM RETTUNG UND BERICHT VON DER HILFE GOTTES

⁹ Zu dir, Herr, rief ich um Hilfe, *
ich flehte meinen Herrn um Gnade an.

¹⁰ Ich sagte: / Was nützt dir mein Blut, wenn ich begraben bin? *

Kann der Staub dich preisen, deine Treue verkünden?

¹¹ Höre mich, Herr, sei mir gnädig! *
Herr, sei du mein Helfer!

¹² Da hast du mein Klagen in Tanzen verwandelt, *
hast mir das Trauergewand ausgezogen und mich mit Freude umgürtet.

¹³ Darum singt dir mein Herz und will nicht verstummen. *

ERNEUTES GELÜBDE

Herr, mein Gott, ich will dir danken in Ewigkeit.

Der Aufbau eines Lobpsalms

- Ankündigung des Lobes
- Begründung des Lobes
- Einladung, in das Lob einzustimmen
- Blick auf die Not in der Vergangenheit
- Bericht von der Hilfe Gottes, oft zweiteilig:
 - Gott hat gehört
 - Gott hat geholfen

PSALM 118: Eine Dankliturgie

- ¹ Danket dem Herrn, denn er ist gütig, *
denn seine Huld währt ewig.
² So soll Israel sagen: *
Denn seine Huld währt ewig.
- ³ So soll das Haus Aaron sagen: *
Denn seine Huld währt ewig.
⁴ So sollen alle sagen, die den Herrn fürchten und ehren: *
Denn seine Huld währt ewig.
- ⁵ In der Bedrängnis rief ich zum Herrn; *
der Herr hat mich erhört und mich frei gemacht.
⁶ Der Herr ist bei mir, ich fürchte mich nicht. *
Was können Menschen mir antun?
- ⁷ Der Herr ist bei mir, er ist mein Helfer; *
ich aber schaue auf meine Hasser herab.
⁸ Besser, sich zu bergen beim Herrn, *
als auf Menschen zu bauen.
- ⁹ Besser, sich zu bergen beim Herrn, *
als auf Fürsten zu bauen.
¹⁰ Alle Völker umringen mich; *
ich wehre sie ab im Namen des Herrn.
- ¹¹ Sie umringen, ja, sie umringen mich; *
ich wehre sie ab im Namen des Herrn.
¹² Sie umschwirren mich wie Bienen, /
wie ein Strohfeuer verlöschen sie; *
ich wehre sie ab im Namen des Herrn.
- ¹³ Sie stießen mich hart, sie wollten mich stürzen; *
der Herr aber hat mir geholfen.
¹⁴ Meine Stärke und mein Lied ist der Herr; *
er ist für mich zum Retter geworden.
- ¹⁵ Frohlocken und Jubel erschallt in den Zelten der Gerechten: *
«Die Rechte des Herrn wirkt mit Macht!
¹⁶ Die Rechte des Herrn ist erhoben, *
die Rechte des Herrn wirkt mit Macht!»
- ¹⁷ Ich werde nicht sterben, sondern leben, *
um die Taten des Herrn zu verkünden.
¹⁸ Der Herr hat mich hart gezüchtigt, *
doch er hat mich nicht dem Tod übergeben.

- 19 Öffnet mir die Tore zur Gerechtigkeit, *
damit ich eintrete, um dem Herrn zu danken.
- 20 Das ist das Tor zum Herrn, *
nur Gerechte treten hier ein.
- 21 Ich danke dir, dass du mich erhört hast; *
du bist für mich zum Retter geworden.
- 22 Der Stein, den die Bauleute verwarfen, *
er ist zum Eckstein geworden.
- 23 Das hat der Herr vollbracht, *
vor unseren Augen geschah dieses Wunder.
- 24 Dies ist der Tag, den der Herr gemacht hat; *
wir wollen jubeln und uns an ihm freuen.
- 25 Ach, Herr, bring doch Hilfe! *
Ach, Herr, gib doch Gelingen!
- 26 Gesegnet sei er, der kommt im Namen des Herrn. /
Wir segnen euch vom Haus des Herrn her. *
- 27 Gott, der Herr, erleuchte uns. /
Mit Zweigen in den Händen schließt euch zusammen zum Reigen *
bis zu den Hörnern des Altars!
- 28 Du bist mein Gott, dir will ich danken; *
mein Gott, dich will ich rühmen.
- 29 Dankt dem Herrn, denn er ist gütig, *
denn seine Huld währt ewig.

PSALM 23: Der gute Hirte

1 [Ein Psalm Davids.]

GOTT, DER HIRTE: essen – trinken – ruhen

Der Herr ist mein Hirte, *
nichts wird mir fehlen.

ER (GOTT)

2 Er lässt mich lagern auf grünen Auen *
und führt mich zum Ruheplatz am Wasser.

3 Er stillt mein Verlangen; *
er leitet mich auf rechten Pfaden, treu seinem Namen.

4 Muss ich auch wandern in finsterner Schlucht, *
ich fürchte kein Unheil;
denn du bist bei mir, *
dein Stock und dein Stab geben mir Zuversicht.

DU (GOTT)

GOTT, DER GASTGEBER: essen – trinken – ruhen

5 Du deckst mir den Tisch *
vor den Augen meiner Feinde.
Du salbst mein Haupt mit Öl, *
du füllst mir reichlich den Becher.

6 Lauter Güte und Huld werden mir folgen mein Leben lang, * **ER (GOTT)**
und im Haus des Herrn darf ich wohnen für lange Zeit.

Einige Beobachtungen:

Der Psalm 23 beinhaltet zwei Gottesbilder:

Gott, der Hirt
und Gott, der Gastgeber.

Zunächst wird über Gott gesprochen (er = Bekenntnis),
dann zu Gott (du = persönliche Zuwendung),
dann wieder über Gott.

Nur im Du-Teil sind beide Gottesbilder miteinander verknüpft.

Beide Gottesbilder folgen dem Dreischritt essen – ruhen (Schutz) – trinken.
Damit wird deutlich, dass es dem Psalm nicht darum geht,
den Menschen im Verhältnis zu Gott als willenloses Schaf darzustellen,
vielmehr geht es um die fürsorgende Zuwendung Gottes.

PSALM 139: Leben in Gottes Allgegenwart

1 Für den Chorleiter. Von David. Ein Psalm.

Herr, du hast mich erforscht und du kennst mich. /

2 Ob ich sitze oder stehe, du weißt von mir. *

Von fern erkennst du meine Gedanken.

3 Ob ich gehe oder ruhe, es ist dir bekannt; *

du bist vertraut mit all meinen Wegen.

4 Noch liegt mir das Wort nicht auf der Zunge - *

du, Herr, kennst es bereits.

5 Du umschließt mich von allen Seiten *

und legst deine Hand auf mich.

6 Zu wunderbar ist für mich dieses Wissen, *

zu hoch, ich kann es nicht begreifen.

7 Wohin könnte ich fliehen vor deinem Geist, *

wohin mich vor deinem Angesicht flüchten?

8 Steige ich hinauf in den Himmel, so bist du dort; *

bette ich mich in der Unterwelt, bist du zugegen.

9 Nehme ich die Flügel des Morgenrots *

und lasse mich nieder am äußersten Meer,

10 auch dort wird deine Hand mich ergreifen *

und deine Rechte mich fassen.

11 Würde ich sagen: Finsternis soll mich bedecken, /

statt Licht soll Nacht mich umgeben, *

12 auch die Finsternis wäre für dich nicht finster,

die Nacht würde leuchten wie der Tag, *

die Finsternis wäre wie Licht.

13 Denn du hast mein Inneres geschaffen, *

mich gewoben im Schoß meiner Mutter.

14 Ich danke dir, dass du mich so wunderbar gestaltet hast. *

Ich weiß: Staunenswert sind deine Werke.

15 Als ich geformt wurde im Dunkeln, /

kunstvoll gewirkt in den Tiefen der Erde, *

waren meine Glieder dir nicht verborgen.

16 Deine Augen sahen, wie ich entstand, *

in deinem Buch war schon alles verzeichnet;

meine Tage waren schon gebildet, *

als noch keiner von ihnen da war.

17 Wie schwierig sind für mich, o Gott, deine Gedanken, *
wie gewaltig ist ihre Zahl!

18 Wollte ich sie zählen, es wären mehr als der Sand. *
Käme ich bis zum Ende, wäre ich noch immer bei dir.

19 Wolltest du, Gott, doch den Frevler töten! *
Ihr blutgierigen Menschen, lasst ab von mir!

20 Sie reden über dich voll Tücke *
und missbrauchen deinen Namen.

21 Soll ich die nicht hassen, Herr, die dich hassen, *
die nicht verabscheuen, die sich gegen dich erheben?

22 Ich hasse sie mit glühendem Hass; *
auch mir sind sie zu Feinden geworden.

23 Erforsche mich, Gott, und erkenne mein Herz, *
prüfe mich, und erkenne mein Denken!

24 Sieh her, ob ich auf dem Weg bin, der dich kränkt, *
und leite mich auf dem altbewährten Weg!

PSALM 113: Loblied auf Gottes Liebe zu den Niedrigen

Aufruf zum Lobpreis

¹ Halleluja! Lobet, ihr Knechte des Herrn, *
lobt den Namen des Herrn!

² Der Name des Herrn sei gepriesen *
von nun an bis in Ewigkeit!

³ Vom Aufgang der Sonne bis zum Untergang *
sei der Name des Herrn gelobt.

⁴ Der Herr ist erhaben über alle Völker, *
seine Herrlichkeit überragt die Himmel.

Lobpreis

⁵ Wer gleicht dem Herrn, unserm Gott, *
im Himmel und auf Erden,

⁶ ihm, der in der Höhe thront, *
der hinabschaut in die Tiefe,

⁷ der den Schwachen aus dem Staub emporhebt *
und den Armen erhöht, der im Schmutz liegt?

⁸ Er gibt ihm einen Sitz bei den Edlen, *
bei den Edlen seines Volkes.

⁹ Die Frau, die kinderlos war, lässt er im Hause wohnen; *
sie wird Mutter und freut sich an ihren Kindern. Halleluja!

DAS MAGNIFICAT – DER LOBGESANG MARIENS (Lk 1,46-55)

ANKÜNDIGUNG DES LOBES

46 Meine Seele preist die Größe des Herrn, *
47 und mein Geist jubelt über Gott, meinen **Retter**.

ERSTE BEGRÜNDUNG DES LOBES

48 Denn auf die **Niedrigkeit** seiner **Magd** hat er geschaut. *
Siehe, von nun an preisen mich selig alle Geschlechter.

ZWEITE BEGRÜNDUNG DES LOBES

49 Denn der Mächtige hat Großes an mir getan, *
und sein Name ist heilig.

BERICHT VOM HANDELN GOTTES: Grundaussage

50 Er **erbarmt** sich von Geschlecht zu Geschlecht *
über alle, die ihn fürchten.

BERICHT VOM HANDELN GOTTES: Darlegung in sieben Sätzen

51 Er vollbringt mit seinem Arm machtvolle Taten: *	1
Er zerstreut, die im Herzen voll Hochmut sind;	2
52 er stürzt die Mächtigen vom Thron *	3
und erhöht die Niedrigen .	4
53 Die Hungernden beschenkt er mit seinen Gaben *	5
und lässt die Reichen leer ausgehen.	6
54 Er nimmt sich seines Knechtes Israel an *	7

BEGRÜNDUNG

und denkt an sein **Erbarmen**,
55 das er unsern **Vätern** verheißen hat, *
Abraham und seinen Nachkommen auf ewig.

Der Lobgesang Hannas

1 Mein Herz ist voll Freude über den Herrn, große Kraft gibt mir der Herr.
Weit öffnet sich mein Mund gegen meine Feinde; denn ich freue mich über deine Hilfe.
2 Niemand ist heilig, nur der Herr; denn außer dir gibt es keinen (Gott);
keiner ist ein Fels wie unser Gott.
4 Der Bogen der Helden wird zerbrochen, die Wankenden aber gürten sich mit Kraft.
5 Die Satten verdingen sich um Brot, doch die Hungrigen können feiern für immer.
Die Unfruchtbare bekommt sieben Kinder, doch die Kinderreiche welkt dahin.
6 Der Herr macht tot und lebendig, er führt zum Totenreich hinab und führt auch herauf.
7 Der Herr macht arm und macht reich, er erniedrigt, und er erhöht.
8 Den Schwachen hebt er empor aus dem Staub und erhöht den Armen, der im Schmutz liegt;
er gibt ihm einen Sitz bei den Edlen, einen Ehrenplatz weist er ihm zu. (1 Sam 2,1-2,4-8)

DAS BENEDICTUS – DER LOBGESANG DES ZACHARIAS (Lk 1,68-79)

1. TEIL: LOBPREISUNG

68 Gepriesen sei der Herr, der Gott Israels! *
Denn er hat sein Volk besucht und ihm Erlösung geschaffen;
69 er hat uns einen starken **Retter** erweckt *
im Hause seines **Knechtes** David.
70 So hat er verheißen von alters her *
durch den Mund seiner heiligen Propheten.
71 Er hat uns errettet vor unseren Feinden *
und aus der Hand aller, die uns hassen;
72 er hat das **Erbarmen** mit den **Vätern** an uns vollendet /
und an seinen heiligen Bund gedacht, *
73 an den Eid, den er unserm Vater **Abraham** geschworen hat;
74 er hat uns geschenkt, dass wir, aus Feindeshand befreit, /
ihm furchtlos dienen 75 in Heiligkeit und Gerechtigkeit *
vor seinem Angesicht all unsre Tage.

2. TEIL: PROPHETIE

76 Und du, Kind, wirst Prophet des Höchsten heißen; /
denn du wirst dem Herrn vorangehn *
und ihm den Weg bereiten.
77 Du wirst sein **Volk** mit der Erfahrung des **Heils** beschenken *
in der Vergebung der Sünden.
78 Durch die barmherzige Liebe unseres Gottes *
wird uns besuchen das aufstrahlende **Licht** aus der **Höhe**,
79 um allen zu **leuchten**, die in Finsternis sitzen und im Schatten des Todes, *
und unsre Schritte zu lenken auf den Weg des **Friedens**.

DAS GLORIA – DER LOBGESANG DER ENGEL (Lk 2,14)

Verherrlicht ist Gott in der **Höhe**
und auf Erden ist **Friede**
bei den Menschen seiner Gnade.

DAS NUNC DIMITTIS – DER LOBGESANG DES SIMEON (Lk 2,29-32)

I 29 Nun lässt du, Herr, deinen **Knecht**, *
wie du gesagt hast, in **Frieden** scheiden.
II 30 Denn meine Augen haben das **Heil** gesehen, *
31 das du vor allen Völkern bereitet hast,
I 32 ein **Licht**, das die Heiden **erleuchtet**, *
und **Herrlichkeit** für dein **Volk** Israel.

PSALM 8: Die Herrlichkeit des Schöpfers – die Würde des Menschen

¹ Für den Chormeister. Nach dem Kelterlied. Ein Psalm Davids.

² Herr, unser Herrscher, /
wie gewaltig ist dein Name auf der ganzen Erde; *
über den Himmel breitest du deine Hoheit aus.

³ Aus dem Mund der Kinder und Säuglinge schaffst du dir Lob, /
deinen Gegnern zum Trotz; *
deine Feinde und Widersacher müssen verstummen.

⁴ Seh' ich den Himmel, das Werk deiner Finger, *
Mond und Sterne, die du befestigt:

⁵ Was ist der Mensch, dass du an ihn denkst, *
des Menschen Kind, dass du dich seiner annimmst?

⁶ Du hast ihn nur wenig geringer gemacht als Gott, *
hast ihn mit Herrlichkeit und Ehre gekrönt.

⁷ Du hast ihn als Herrscher eingesetzt über das Werk deiner Hände, *
hast ihm alles zu Füßen gelegt:

⁸ All die Schafe, Ziegen und Rinder *
und auch die wilden Tiere,

⁹ die Vögel des Himmels und die Fische im Meer, *
alles, was auf den Pfaden der Meere dahinzieht.

¹⁰ Herr, unser Herrscher, *
wie gewaltig ist dein Name auf der ganzen Erde!

PSALM 104: Die Herrlichkeit des Schöpfers – die Würde des Menschen

- ¹ Lobe den Herrn, meine Seele! /
Herr, mein Gott, wie groß bist du! *
Du bist mit Hoheit und Pracht bekleidet.
- ² Du hüllst dich in Licht wie in ein Kleid, *
du spannst den Himmel aus wie ein Zelt.
- ³ Du verankerst die Balken deiner Wohnung im Wasser. /
Du nimmst dir die Wolken zum Wagen, *
du fährst einher auf den Flügeln des Sturmes.
- ⁴ Du machst dir die Winde zu Boten *
und lodernde Feuer zu deinen Dienern.
- ⁵ Du hast die Erde auf Pfeiler gegründet; *
in alle Ewigkeit wird sie nicht wanken.
- ⁶ Einst hat die Urflut sie bedeckt wie ein Kleid, *
die Wasser standen über den Bergen.
Sie wichen vor deinem Drohen zurück, *
sie flohen vor der Stimme deines Donners.
- ⁸ Da erhoben sich Berge und senkten sich Täler *
an den Ort, den du für sie bestimmt hast.
- ⁹ Du hast den Wassern eine Grenze gesetzt, /
die dürfen sie nicht überschreiten; *
nie wieder sollen sie die Erde bedecken.
- ¹⁰ Du lässt die Quellen hervorsprudeln in den Tälern, *
sie eilen zwischen den Bergen dahin.
- ¹¹ Allen Tieren des Feldes spenden sie Trank, *
die Wildesel stillen ihren Durst daraus.
- ¹² An den Ufern wohnen die Vögel des Himmels, *
aus den Zweigen erklingt ihr Gesang.
- ¹³ Du tränkst die Berge aus deinen Kammern, *
aus deinen Wolken wird die Erde satt.
- ¹⁴ Du lässt Gras wachsen für das Vieh, *
auch Pflanzen für den Menschen, die er anbaut,
damit er Brot gewinnt von der Erde *
- ¹⁵ und Wein, der das Herz des Menschen erfreut,
damit sein Gesicht von Öl erglänzt
und Brot das Menschenherz stärkt.
- ¹⁶ Die Bäume des Herrn trinken sich satt, *
die Zedern des Libanon, die er gepflanzt hat.
- ¹⁷ In ihnen bauen die Vögel ihr Nest, *
auf den Zypressen nistet der Storch.
- ¹⁸ Die hohen Berge gehören dem Steinbock, *
dem Klippdachs bieten die Felsen Zuflucht.

- 19 Du hast den Mond gemacht als Maß für die Zeiten, *
die Sonne weiß, wann sie untergeht.
- 20 Du sendest Finsternis und es wird Nacht, *
dann regen sich alle Tiere des Waldes.
- 21 Die jungen Löwen brüllen nach Beute, *
sie verlangen von Gott ihre Nahrung.
- 22 Strahlt die Sonne dann auf, so schleichen sie heim *
und lagern sich in ihren Verstecken.
- 23 Nun geht der Mensch hinaus an sein Tagwerk, *
an seine Arbeit bis zum Abend.

Herr, wie zahlreich sind deine Werke! /
Mit Weisheit hast du sie alle gemacht, *
die Erde ist voll von deinen Geschöpfen.

25 Da ist das Meer, so groß und weit, *
darin ein Gewimmel ohne Zahl: kleine und große Tiere.

26 Dort ziehen die Schiffe dahin, *
auch der Leviatan, den du geformt hast, um mit ihm zu spielen.

- 27 Sie alle warten auf dich, *
dass du ihnen Speise gibst zur rechten Zeit.
- 28 Gibst du ihnen, dann sammeln sie ein; *
öffnest du deine Hand, werden sie satt an Gutem.
- 29 Verbirgst du dein Gesicht, sind sie verstört; /
nimmst du ihnen den Atem, so schwinden sie hin *
und kehren zurück zum Staub der Erde.
- 30 Sendest du deinen Geist aus, so werden sie alle erschaffen *
und du erneuerst das Antlitz der Erde.

- 31 Ewig währe die Herrlichkeit des Herrn; *
der Herr freue sich seiner Werke.
- 32 Er blickt auf die Erde und sie erbebt; *
er rührt die Berge an und sie rauchen.
- 33 Ich will dem Herrn singen, solange ich lebe, *
will meinem Gott spielen, solange ich da bin.
- 34 Möge ihm mein Dichten gefallen. *
Ich will mich freuen am Herrn.
- 35 Doch die Sünder sollen von der Erde verschwinden /
und es sollen keine Frevler mehr da sein. *
Lobe den Herrn, meine Seele! Halleluja!

PSALM 121: Der Hüter Israels

¹ Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen: *

Woher kommt mir Hilfe?

² Meine Hilfe kommt vom Herrn, *
der Himmel und Erde gemacht hat.

³ Er lässt deinen Fuß nicht wanken; *

er, der dich behütet, schläft nicht.

⁴ Nein, der Hüter Israels *
schläft und schlummert nicht.

⁵ Der Herr ist dein Hüter, der Herr gibt dir Schatten; *

er steht dir zur Seite.

⁶ Bei Tag wird dir die Sonne nicht schaden *
noch der Mond in der Nacht.

⁷ Der Herr behüte dich vor allem Bösen, *

er behüte dein Leben.

⁸ Der Herr behüte dich, wenn du fortgehst und wiederkommst, *
von nun an bis in Ewigkeit.

PSALM 122: Lied zur Wallfahrt nach Jerusalem

¹ Ich freute mich, als man mir sagte: *

Zum Haus des Herrn wollen wir pilgern.

² Schon stehen wir *

in deinen Toren, Jerusalem.

³ Jerusalem, du starke Stadt, *

dicht gebaut und fest gefügt.

⁴ Dorthin ziehen die Stämme hinauf, die Stämme des Herrn, /

wie es Israel geboten ist, *

den Namen des Herrn zu preisen.

⁵ Denn dort stehen Throne bereit für das Gericht, *

die Throne des Hauses David.

⁶ Erbittet für Jerusalem Frieden! *

Wer dich liebt, sei in dir geborgen!

⁷ Friede wohne in deinen Mauern, *

in deinen Häusern Geborgenheit!

⁸ Wegen meiner Brüder und Freunde will ich sagen: *

In dir sei Friede.

⁹ Wegen des Hauses des Herrn, unseres Gottes, *

will ich dir Glück erflehen.