

# PSALMEN BETRACHTEN

## **Kreuzzeichen und Gebet**

Wir stehen. Wenn die Betrachtung in eine liturgische Feier eingebettet ist, beginnt man sogleich mit dem Vorlesen des Psalms.

*Alle:* Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

O Gott, ich bete dich an:

Du Weisheit, die mich erdacht,

du Wille, der mich gewollt,

du Macht, die mich geschaffen,

du Gnade, die mich erhoben,

du Stimme, die mich ruft,

du Wort, das zu mir spricht,

du Güte, die mich beschenkt,

du Barmherzigkeit, die mir vergibt,

du Liebe, die mich umfängt,

du Geist, der mich belebt,

du Ruhe, die mich erfüllt,

du Heiligkeit, die mich wandelt,

dass ich nimmer ruhe,

bis ich dich schaue:

O Gott, ich bete dich an. (*Gotteslob 7,6*)

## **Lesen – hören**

Wir sitzen. Der Psalm wird als Lesung vorgetragen. Das „Ehre sei dem Vater“ am Ende entfällt. Wir hören zu und nehmen den Text erst nach der Lesung zur Hand.

## **Betrachten**

Nun folgt eine Zeit der Betrachtung in Stille. Sie dauert etwa drei bis fünf Minuten. Alle gehen den Psalm für sich noch einmal in Ruhe Zeile für Zeile durch, bleiben bei Worten stehen, die sie besonders ansprechen und können diese am Ende leise für sich mehrmals langsam und bedächtig wiederholen.

Nach der Stille wird der Psalm auf folgende Weise rezitiert: Bis auf einen Vorleser bzw. eine Vorleserin legen alle den Text zur Seite. Nun wird der Psalm Zeile für Zeile vorgelesen (jeweils bis zum \* oder /). Jede Zeile wird gemeinsam auswendig wiederholt. So geht man bis zum Ende des Psalms vor. Kürzere Zeilen können sinngemäß zusammengezogen werden. Am Ende folgt das „Ehre sei dem Vater“ auf folgende Weise:

*Vorbeter(in):* Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist.

*Alle:* Wie im Anfang, so auch jetzt und allezeit und in Ewigkeit. Amen.

## **Beten – antworten**

Wir erheben uns und stehen. Der Vorbeter bzw. die Vorbeterin lädt zum Gebet ein.

*Vorbeter(in):* Lasset uns beten.

Alle beten nun in Stille. Gedanken oder Sätze des Psalms, die sich eingepägt haben, können dabei eine Stütze sein. Auf diese Weise wird das Wort, das Gott im Psalm zu uns gesprochen hat, zu unserer Antwort. Die Stille sollte nicht zu kurz bemessen sein (mindestens zwei bis drei Minuten).

Am Ende spricht der Vorbeter bzw. die Vorbeterin ein kurzes Gebet, das ein Motiv oder einen Vers des Psalms als Grundlage hat (Psalmoration). Dieses kann man selbst vorbereiten, frei formulieren oder aber einem Buch entnehmen (siehe zum Beispiel [https://www.liturgie.at/dl/qsoqJKJKMnNOJqx4KJK/Einspieler\\_Mit\\_dem\\_Gotteslob\\_durch\\_den\\_Tag.pdf](https://www.liturgie.at/dl/qsoqJKJKMnNOJqx4KJK/Einspieler_Mit_dem_Gotteslob_durch_den_Tag.pdf) Seite 24-33). Wenn die Betrachtung in eine liturgische Feier eingebettet ist, endet sie hier.

## **Gebet des Herrn**

*Alle:* Vater unser. Denn dein ist das Reich ...

## **Segensbitte**

Der Vorbeter bzw. die Vorbeterin spricht die Segensbitte. Dabei machen alle das Kreuzzeichen.

*Vorbeter(in):* Der Herr segne uns,  
er bewahre uns vor Unheil  
und führe uns zum ewigen Leben.

*Alle:* Amen.