

CHRISTIANE RÖSEL
DAS GLÜCK SUCHT UNS

CHRISTIANE RÖSEL

DAS GLÜCK SUCHT UNS

Psalmen-Lesebuch

DEUTSCHE BIBELGESELLSCHAFT

Über die Deutsche Bibelgesellschaft

Die Deutsche Bibelgesellschaft ist eine kirchliche Stiftung des öffentlichen Rechts. Sie übersetzt die biblischen Schriften, entwickelt und verbreitet innovative Bibelausgaben und eröffnet für alle Menschen Zugänge zur Botschaft der Bibel. International verantwortet sie die wissenschaftlichen Bibelausgaben in den Ursprachen. Durch die Weltbibelhilfe unterstützt sie in Zusammenarbeit mit dem Weltverband der Bibelgesellschaften (United Bible Societies) weltweit die Übersetzung und Verbreitung der Bibel, damit alle Menschen die Bibel in ihrer Sprache lesen können. Weitere Informationen finden Sie unter www.die-bibel.de

DAS GLÜCK SUCHT UNS

Psalmen-Lesebuch

ISBN 978-3-438-04849-3

© 2023 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart

Satz und Layout: Julia Neudorf

Druck: Himmer GmbH Druckerei & Verlag, Augsburg

Printed in Germany

Alle Rechte vorbehalten

Bibeltexte zitiert nach:

Lutherbibel, revidiert 2017, © 2016 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart

BasisBibel, © 2021 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart

INHALT

Vorwort	06
Das Glück sucht uns (Psalm 1)	09
Du zeigst mir den Weg ins Leben! (Psalm 16)	19
Wo bist du, Gott? (Psalm 22)	29
Gestillte Sehnsucht (Psalm 131)	39
Was ist der Mensch? (Psalm 8)	49
Du, HERR, hilfst mir, dass ich sicher wohne! (Abend und Morgen, Psalm 4,9)	59
Was bist du so bedrückt, meine Seele? (Psalm 42 + 43)	69
Marias Lied! (Adventpsalm Lukas 1,46-55)	79
Unerschöpflich ist deine Güte, Gott! (Psalm 103)	89
Die Stille suchen und beschützen (Psalm 62)	99
Meine Hilfe kommt von ganz oben! (Psalm 121)	109
Wo du bist, bin ich sicher! (Psalm 27)	119
Anhang	129

VORWORT

„Das Glück sucht uns!“ – Was für ein Versprechen! Aber wer verspricht hier etwas – und kann er es halten? Und wenn ja – wie sieht dieses Glück aus? Vielleicht so: Immer wieder ein neuer Tag. Ein kleines Licht, das im Dunkeln hilft. Da gibt es noch jemanden – ich bin nicht allein, auch wenn es sich manchmal so anfühlt. Ist das Glück, Worte zu finden in diesen turbulenten Zeiten? Nicht auf alles eine Antwort zu haben, aber zu wissen, ich bin gehalten, immer?

Das und noch viel mehr spiegelt sich für mich in den Psalmen wider, diesen alten Liedern und Gebeten. Auf den ersten Blick haben sie manchmal wenig zu tun mit unserem Alltag, mit meinen Sorgen und Herausforderungen. Aber dann klingt auf einmal etwas an, und ich denke: Da versteht mich jemand und weiß, wie es mir geht:

„WAS BIST DU SO BEDRÜCKT, MEINE SEELE?

WARUM BIST DU SO AUFGEWÜHLT?“

(PSALM 42,6 BASISBIBEL)

„WENN DU IN NOT BIST, RUF NACH MIR!“

(PSALM 50,15 BASISBIBEL)

„DIES IST DER TAG, DEN DER HERR MACHT; LASST
UNS FREUEN UND FRÖHLICH AN IHM SEIN.“

(PSALM 118,24 LUTHER 2017)

Wenn ich die Psalmen lese, bete oder betrachte, ist es für mich so, als ob Gott zu mir sagt: „Ich bin jetzt da und höre dir zu. Sag

einfach, was dich bewegt. So, wie du es gerade auf dem Herzen hast. Du musst deine Worte nicht abwägen oder überlegen: „Darf ich so mit dir reden?“ Du darfst!“ Wieso ich mir da sicher bin? Weil wir nicht die Ersten sind, die das tun – und auch nicht die Letzten. Wie viele Menschen haben so mit Gott gesprochen, ihm regelrecht ihr Herz ausgeschüttet. Und beim Schütten kann man nicht sortieren oder etwas zurückhalten. Diese Worte der Psalmbeter kann ich mir leihen, ausprobieren – bis sie zu meinen eigenen werden und ich sie glauben lerne, Schritt für Schritt. Vielleicht langsam, oft zweifelnd, ja, das auch. Denn Vertrauen braucht Zeit, will gelernt sein und gelebt, ist kein fester Besitz, über den man zu jeder Zeit frei verfügen könnte. Kostbar ist es, wenn er wachsen darf, dieser Gedanke: „Gott nahe zu sein ist mein Glück!“ Die ersten Beterinnen und Beter der Psalmen haben diese Worte oft gemeinsam gesprochen. Und auch das hilft mir: nicht allein zu bleiben, meine Hoffnung zu teilen. Für mich selbst und mit anderen beten, lesen, loben, klagen – ganz ehrlich sein, hoffen, hören und erleben, dass es Morgen wird. Und der, der uns behütet, schläft nicht.

Ist das nicht ein sehr „erstes Glück“? Wo bleibt die Leichtigkeit, die wir sonst mit diesem Wort verbinden: freuen, singen, tanzen, jubeln? Auch das kommt vor in diesen Liedern und Gebeten. Im jüdischen Gottesdienst kann auch einmal um die Thora-Rollen herum-

getanzt werden, was mir mit meiner nord-deutschen Seele nicht so naheliegt. Trotzdem bringt diese Vorstellung etwas in mir zum Klingen.

Aber welches Glück brauche ich wirklich und unter allen Umständen? „Not lehrt beten“, weiß schon der Volksmund. Und die Krisenzeit der letzten Jahre hat auch mich noch einmal beten gelehrt. Mit geliehenen Worten, mit Bildern, die mir helfen, meine Perspektive zu verändern. Mit „Trost-Kraft“ – ja bitte, ganz viel von dieser Doppelpackung! Mit Mut für den nächsten Schritt, vorsichtig, oft tastend, nicht in Siebenmeilenstiefeln – aber es geht vorwärts. Deshalb ist Glück für mich vor allem eines: Eine Kraft, die trotz und tröstet! Deshalb gibt es dieses Psalmen-Lesebuch, mit Texten in der Übersetzung der Lutherbibel (LU17, Luther 2017) oder der BasisBibel (BB), mit sehr persönlichen Erfahrungen und Entdeckungen und von Julia Neudorf so gestaltet, dass es zur Stille einlädt und der Seele guttut.

Die einzelnen Kapitel sind jeweils gleich aufgebaut:

• DER PSALM

Oder eine thematische Auswahl von Psalmversen.

• EINE ERFAHRUNG

Echt und persönlich. Manchmal eine Frage oder sogar ein Lebensthema – aber immer als individueller Zugang. Denn Psalmen sind vor allem eines: Erfahrungstexte!

• ENTDECKEN & AUSPROBIEREN

Wie werden diese alten Worte zu Ihren eigenen Worten? Was hilft Ihnen dabei?

Welche Wege können Sie selbst einmal ausprobieren?

• PSALMEN-PANORAMA

Am Ende jedes Kapitels öffnet sich ein Fenster in das Buch der Psalmen. Wo findet sich ein ähnlicher Gedanke? An welcher Stelle könnte es sich lohnen weiterzulesen?

Die Reihenfolge der Kapitel habe ich eher intuitiv festgelegt. Die einzelnen Kapitel nehmen Sie mit auf meine persönliche Reise durch die Psalmen und laden Sie ein zu einer eigenen Entdeckungsreise. Jedes Kapitel ist jeweils in sich abgeschlossen, sodass Sie auch Ihre ganz eigene Reiseroute festlegen können.

Wann und wo Sie dieses spirituelle Lesebuch wohl in die Hand nehmen werden? Werden Sie es in einem Rutsch lesen oder immer mal wieder? Vielleicht kommt es Ihnen auch entgegen, es mit anderen gemeinsam zu lesen und sich darüber auszutauschen. Fulbert Steffensky sagte einmal über die Psalmen: „Ein Psalm ist wie ein abgegriffener Stein, durch viele Hände gegangen und schön geworden durch die Wärme der Geschwister!“¹ Was für ein schönes Bild! Wer hat sich schon alles an den Psalmen erfreut, mit ihnen gedankt, an ihnen gerieben, mit ihnen gehofft, gelobt, geschrien, gesungen – und gespürt, wie diese alten Lieder und Gebete einen Menschen halten und tragen können. In diese Erfahrungskette möchte ich mich einreihen, den Stein aufnehmen, kräftig reiben – um ihn schließlich weiterzureichen.

Christiane Roel



KAPITEL · KAPITEL · KAPITEL · KAPITEL
NO. 1
KAPITEL · KAPITEL · KAPITEL · KAPITEL

DAS GLÜCK SUCHT UNS!

Psalm 1



DER IST WIE EIN BAUM,
GEPFLANZT AN DEN
WASSERBÄCHEN,
DER SEINE FRUCHT
BRINGT ZU SEINER ZEIT,
UND SEINE BLÄTTER
VERWELKEN NICHT.
UND WAS ER MACHT,
DAS GERÄT WOHL.

PSALM 1,3





“

Psalm 1

Der Weg des Frommen, der Weg des Frevlers

¹ Wohl dem, der nicht wandelt im Rat der Gottlosen
noch tritt auf den Weg der Sünder
noch sitzt, wo die Spötter sitzen,
² sondern hat Lust am Gesetz des HERRN und
sinnt über seinem Gesetz Tag und Nacht!

³ Der ist wie ein Baum,
gepflanzt an den Wasserbächen,
der seine Frucht bringt zu seiner Zeit,
und seine Blätter verwelken nicht.
Und was er macht, das gerät wohl.

⁴ Aber so sind die Gottlosen nicht,
sondern wie Spreu, die der Wind verstreut.
⁵ Darum bestehen die Gottlosen nicht im Gericht
noch die Sünder in der Gemeinde der Gerechten.
⁶ Denn der HERR kennt den Weg der Gerechten,
aber der Gottlosen Weg vergeht.

(LUTHER 2017)

”

DAS GLÜCK SUCHT UNS!

„Wohl dem“ (LU17), „Glücklich ist der Mensch“ (BB) – das klingt vielversprechend. Aber wer ist damit gemeint? Und wie finden wir heraus, was uns wirklich zutiefst glücklich macht? Und selbst wenn diese Behauptung in die Welt des Beters vor über 2500 Jahren passte, wie fügt sie sich in die „digitale Multioptionsgesellschaft“ des 21. Jahrhunderts ein? Trotz allem „Für und Wider“, das einem dazu einfallen könnte, beschreibt Psalm 1 eine Ur-Sehnsucht des Menschen, die wir über Generationen hinweg miteinander teilen: die Sehnsucht nach einem glücklichen und erfüllten Leben!

Nicht nur wir suchen das Glück. Sondern „das Glück sucht uns, kommt uns entgegen in Gottes ‚Weisung‘ (Thora)!“, also in Gottes Worten. So sagt es der Dichterpfarrer Kurt Marti. Aber wie geht das vor sich? Und halten diese Worte, was sie versprechen? Wenn man das Buch der Psalmen als ein Haus betrachtet, dann ist Psalm 1 die Eingangstür. Was sehen wir, wenn wir diese Tür öffnen? Vielleicht gelangen wir durch sie in den Flur, kommen ins Wohnzimmer und gehen dann direkt auf die Terrasse. Dort erwartet uns ein fantastischer Ausblick: eine grüne Wiese, Blumenrabatten, ein See und Bäume, direkt am Wasser gepflanzt. Hier kann man es aushalten. Ein Baum, am Wasser gepflanzt? Psalm 1 beschreibt mehr als eine Urlaubsidylle oder ein Traumhaus. Er bietet ein Bild an, für das wir vielleicht etwas Zeit brauchen, um es in seiner Bedeutung für unser Leben zu erfassen.

DER IST WIE EIN BAUM,
GEPFLANZT AN DEN WASSERBÄCHEN,
DER SEINE FRUCHT BRINGT ZU SEINER ZEIT,
UND SEINE BLÄTTER VERWELKEN NICHT.
UND WAS ER MACHT, DAS GERÄT WOHL.

(PSALM 1,3)

Was bist du für einer, würde ich diesen Baum gerne fragen. Und wie fühlt sich das an, dort am Wasser? Frisch. Versorgt. Ein guter Platz. Jedes Mal, wenn ich Psalm 1 lese und an diesem Vers vorbeikomme, drängt sich ein anderer Gedanke auf und spricht mich an. Mal ist es die Einladung, am Wasser gepflanzt zu sein, mal die Frucht, die in Aussicht gestellt wird. Oder die Blätter, die einfach nicht verwelken. Und immer wieder klingt besonders der letzte Satz in mir nach: „Was er macht, das gerät wohl!“ Das ist eine überwältigende Zusage: Es lohnt sich und ist nicht umsonst. Keine vergebliche Mühe.

Wer die Psalmen liest, darüber „murmelnd nachdenkt“ (Vers 2), also beständig nachsinnt – der ist wie dieser Baum an Wasserbächen gepflanzt. Das ist mehr als ein Vorwort oder die Einleitung eines Buches. In der Sprache der Bibel ist es eine Verheißung, also eine sichere Zusage. So ist das! Ganz gewiss!

Aber warum ist das so, und wer garantiert mir, dass das auch stimmt? Der Schlüssel dazu liegt in Vers 6: „Denn der HERR kennt den Weg des



Gerechten!“ Kennen bedeutet in der Bibel mehr als: „Ach, das kenne ich schon.“ Kennen beschreibt hier eine tiefe Verbundenheit und Lebensgemeinschaft mit Gott selbst, die das Leben des Beters gelingen lässt. Hier gehören zwei zusammen und lassen sich nicht voneinander trennen. In Psalm 1 als Eingangstür zum „Haus der Psalmen“ bedeutet das auch: Die Psalmen als Wegweiser zu wählen! Wer das tut, „der ist wie ein Baum, gepflanzt an den Wasserbächen, der seine Frucht bringt zu seiner Zeit, und seine Blätter verwelken nicht. Und was er macht, das gerät wohl.“

VERWURZELT DER MENSCH,
DER DARAUF VERTRAUT,
DASS ES WOHL AUF IHN ANKOMMT,
ABER LETZTLICH NICHT
VON IHM ABHÄNGT!

(PIERRE STUTZ)³

MÖSE GAB DEN ISRAELITEN
DIE FÜNF BÜCHER DER THORA,
UND DAVID GAB DEN ISRAELITEN
DIE FÜNF BÜCHER DER PSALMEN.

(AUS DER RABBINISCHEN TRADITION)

ENTDECKEN &
AUSPROBIEREN





PSALMEN EINFACH BETEN

Mir Worte leihen. Mich vorfinden in Gedanken,
die ich nicht erst suchen muss – Sie finden mich.

Wie diese:

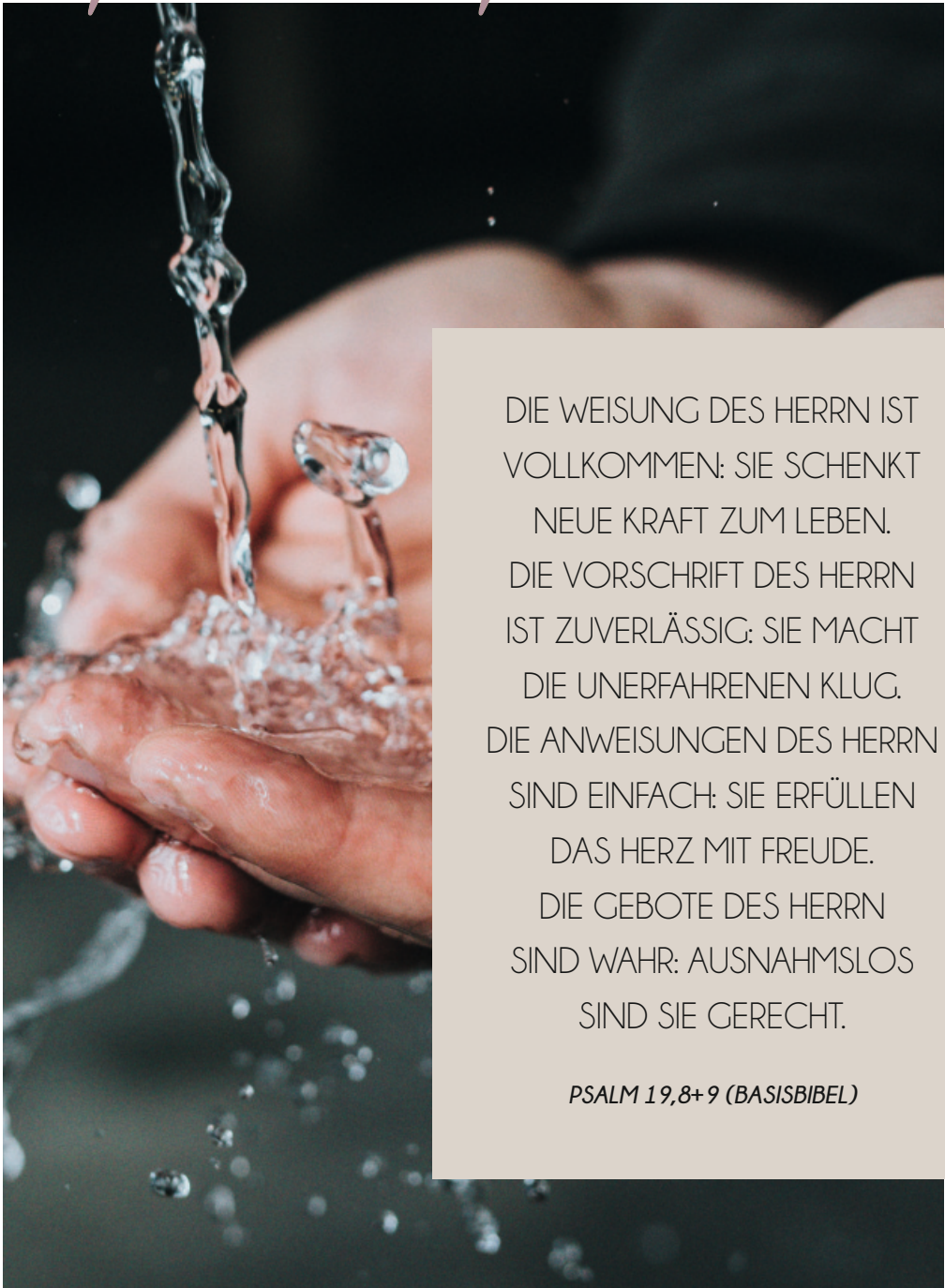
**„Der ist wie ein Baum,
gepflanzt an den Wasserbächen,
der seine Frucht bringt
zu seiner Zeit – und was er macht,
das gerät wohl!“**

In der freikirchlichen Tradition, in der ich auf-
gewachsen bin, war es nicht üblich, Psalmen zu
beten, höchstens in besonderen Situationen
oder speziellen Gottesdiensten.

Zum „Alltags-Gebet“ sind sie für mich erst
später geworden.

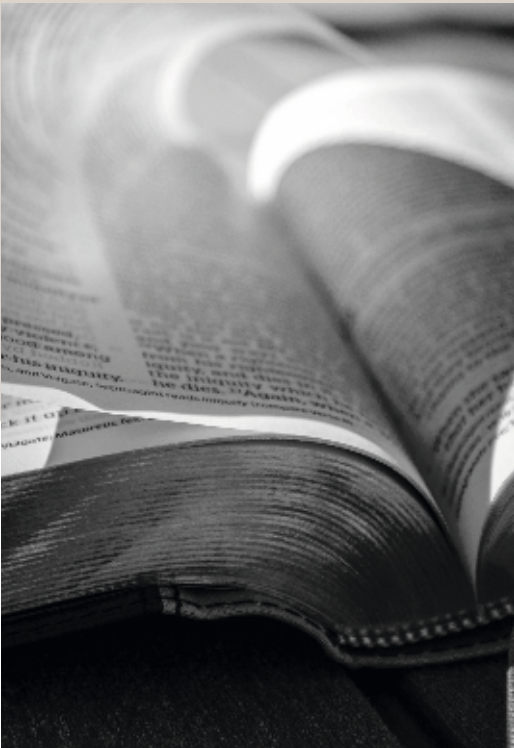
PSALMEN EINFACH BETEN:
Ein Vers oder kleiner Abschnitt,
und die Worte und Gedanken
lösen etwas aus.

Psalmen Panorama



DIE WEISUNG DES HERRN IST
VOLLKOMMEN: SIE SCHENKT
NEUE KRAFT ZUM LEBEN.
DIE VORSCHRIFT DES HERRN
IST ZUVERLÄSSIG: SIE MACHT
DIE UNERFAHRENEN KLUG.
DIE ANWEISUNGEN DES HERRN
SIND EINFACH: SIE ERFÜLLEN
DAS HERZ MIT FREUDE.
DIE GEBOTE DES HERRN
SIND WAHR: AUSNAHMSLOS
SIND SIE GERECHT.

PSALM 19,8+9 (BASISBIBEL)



WEISE MIR, HERR, DEINEN WEG,
DASS ICH WANDLE IN DEINER WAHRHEIT;
ERHALTE MEIN HERZ BEI DEM EINEN,
DASS ICH DEINEN NAMEN FÜRCHTE.

PSALM 86,11 (LUTHER 2017)



DEIN WORT IST EINE
LEUCHE

DEIN WORT IST EINE LEUCHE FÜR
MEINEN FUSS UND EIN HELLES LICHT
AUF MEINEM LEBENSWEG.

PSALM 119,105 (BASISBIBEL)

