

Kraft tanken – mit den Psalmen beten



Eine kleine Andachts- und Gebetshilfe für die Sommerzeit

Zusammengestellt von Benjamin Gies

Sommer 2018

"Mit den Psalmen geht der christlichen Gemeinde ein vergleichlicher Schatz verloren, und mit seiner Wiedergewinnung werden ungeahnte Kräfte in sie eingehen".
(Dietrich Bonhoeffer)

Eine Sommerpause gibt Zeit zum Entspannen, Innezuhalten und sich neu auszurichten. Die Psalmen können helfen dies zu erreichen, denn sie sind Gebete von Menschen zu dem lebendigen Gott in ganz unterschiedlichen Alltagssituationen.

In den Psalmen betet der jeweilige Verfasser. Er dankt Gott für die Wunder der Schöpfung, er bestaunt die Natur, er bestaunt Gottes Werke an uns Menschen. Aber es ist auch Raum da für verzweifeltes Klagen, für das ehrliche „Ich kann nicht mehr“, für die Bitte um Hilfe in einer ausweglosen Situation. Auch das „Enttäuscht sein“ über einen Menschen wird in den Psalmen ausgedrückt. Die „Warum gerade mir?“-Frage wird gestellt. Und gleichzeitig erleben wir bei den meisten Psalmen, wie die Hoffnung auf Gottes Hilfe sich durchsetzt. Vielleicht brauchst du gerade neue Kraft, neue Motivation, neue Hoffnung. Vielleicht brauchst du eine neue Ausrichtung und eine Neusortierung deiner seelischen Verfassung. Bete mit den Psalmen. An den Sommerferiensontagen werden wir 6 Predigten über die Psalmen anbieten. Außerdem werden diese Psalmen in diesem kleinen Heftchen behandelt. Ich wünsche dir, dass diese Psalmen dich durch den Sommer begleiten und Gott durch sie zu dir spricht.

Dies sind Psalmen für die Sommersonntage:

22.07. Psalm 32 – Gott zeigt mir den Weg, den ich gehen soll

29.07. Psalm 33 – Gott sieht dich, achtet auf dich und hilft dir

05.08. Psalm 34 – Wie man richtig glücklich wird

12.08. Psalm 42 – Seele und Geist in Einklang bringen

19.08. Psalm 51 – Gott vergibt und erneuert

26.08. Psalm 91 – Positiv und zuversichtlich in die nächste Zeit

Inhaltsverzeichnis

Seite 1	Psalm 32 - Gott zeigt mir den Weg, den ich gehen soll
Seite 2	Beten mit dem Psalm 32
Seite 3	Platz für eigene Gedanken
Seite 4	Psalm 33 – Gott sieht dich, achtet auf dich und hilft dir
Seite 5	Beten mit dem Psalm 33
Seite 6	Platz für eigene Gedanken
Seite 7	Psalm 34 – Wie man richtig glücklich wird
Seite 8	Beten mit dem Psalm 34
Seite 9	Platz für eigene Gedanken
Seite 10	Psalm 42 – Seele und Geist in Einklang bringen
Seite 11	Beten mit dem Psalm 42
Seite 12	Platz für eigene Gedanken
Seite 13	Psalm 51 – Gott vergibt und erneuert
Seite 14	Beten mit dem Psalm 51
Seite 15	Platz für eigene Gedanken
Seite 16	Psalm 91 – Positiv und Zuversichtlich in die nächste Zeit
Seite 17	Beten mit dem Psalm 91
Seite 18	Platz für eigene Gedanken

Psalm 32 „Ich will dir den Weg zeigen den du gehen sollst; ich will dich mit meinen Augen leiten.“ (Vers 8)

Gott hat eine Vorstellung von deinem Leben, einen Plan, ein Ziel. Manch einer denkt: „Es gibt 8 Milliarden Menschen auf dieser Welt, ich bin nur ein kleines, geringes Licht. Mit mir wird Gott nichts vorhaben“. Ich verstehe solche Gedanken sehr gut, aber sie sind nicht richtig. Der Vers macht nicht deutlich, dass er den Besonderen den Weg zeigt, den Pastoren und Pfarrern oder den Politikern und Einflussreichen. Er verspricht denen beizustehen, sie zu führen und den Weg zu zeigen, den sie gehen sollen, die mit Gott in Beziehung leben wollen und sich führen lassen möchten.

Die **Vers 1-5** des Psalms handeln von der Schuld des Menschen, die zwischen Gott und dem Menschen steht. David, der diesen Psalm geschrieben hat und nicht mehr möchte, dass etwas zwischen ihm und Gott ist, sagt: „**Darum bekannte ich dir meine Sünde.**“ Und ein Stückchen weiter: „**Da vergabst du mir die Schuld meiner Sünde.**“ Eine erste Hürde, um von Gott geführt zu werden, ist weg: **Gott nimmt die Schuld von mir und lässt mich in Harmonie mit ihm leben.**

In den **Versen 6+7** redet er von dem zweiten Schritt: Diejenigen, die ihre Sünden bekannt haben, in Harmonie mit Gott leben, „**die Heiligen**“ (Vers 6), reden mit Gott. Sie reden mit ihm, wenn Angst ihr Leben heimsucht und wenn ihnen das Wasser bis zum Hals steht. Aber sie sind nicht allein, sie haben den lebendigen Gott auf ihrer Seite, der sie fröhlich und hoffnungsvoll stimmen möchte und der all seine Güte denen zeigen möchte, die auf ihn hoffen (**Vers 10**).

Der **Vers 9** redet dann von Menschen, die man dazu zwingen muss, das zu tun, was Gott von ihnen will. Gott redet soviel durch sein Wort zu uns, durch andere Menschen, durch den Heiligen Geist, der in uns wohnt, dass wir manches mal ganz gut wissen, was Gott von uns will. Aber dann kann es sein, dass wir wie trotzig Kinder reagieren, oder um in dem Bild des Psalms zu bleiben, wie ein unvernünftiges Pferd oder Esel sind, denen man Zaumzeug anlegen muss, damit sie überhaupt folgen.

Beten mit dem Psalm 32

(lies den Psalm zuerst laut für dich)

Verse 1-5: Ich bitte Gott darum, mir zu zeigen, was mich von ihm trennt. Gibt es Schuld in meinem Leben, gibt es etwas Verborgenes, was bereinigt werden muss? Ich danke Gott, dass er Jesus für mich hat sterben lassen, der mir alle meine Schuld vergeben hat. Ich bitte Gott um Vergebung und lasse meine Schuld am Kreuz und nehme für mich das Wort aus **Hebräer 8,12** in Anspruch: **„Und ich werde ihr Unrecht vergeben und nie wieder an ihre Sünde denken.“**

Verse 6-7: Was macht mir Angst? Wo steht mir das Wasser gerade bis zum Hals? Ich nehme die Zusage aus **Vers 7** ganz persönlich für mich in Anspruch.

Verse 8-9: Ich bitte Gott, dass er mir den Weg zeigen soll, den ich gehen soll. Ich nehme wahr, dass dies seine Zusage, sein Wille für mich ist, mich zu führen. In welcher Situation brauche ich gerade Wegweisung?

Gibt es eine Situation in der ich eigentlich genau weiß, was ich tun soll? Gott hat schon längst zu mir gesprochen. Aber ich benehme mich störrisch und will nicht tun was er sagt.

Verse 10-11: Ich will neu Hoffnung erleben und sehen wie Gottes Güte mich umgibt. Das Wissen, dass Gott ein Gott der Hoffnung ist, lässt mich neu aufleben, lässt mich freuen und fröhlich sein. Für Gott gibt es kein zu wenig, zu problematisch, zu hoffnungslos.

„Der Gott der Hoffnung aber erfülle euch mit aller Freude und Frieden im Glauben, dass ihr immer reicher werdet an Hoffnung durch die Kraft des heiligen Geistes.“ Römer 15,13

Platz für eigene Gedanken:



Psalm 33 „Siehe des Herrn Augen achten (ruhen) auf alle die ihn fürchten, die auf seine Güte hoffen.“ (Vers 18)

Es gibt jemanden der mich immer anschaut. Der weiß, wo ich mich innerlich und äußerlich befinde, wie es mir geht. **„Ich sitze oder stehe auf, so weißt du es; du verstehst meine Gedanken von ferne. Ich gehe oder liege, so bist du um mich und siehst alle meine Wege...“ (Psalm 119,3)**

Macht das Angst oder ermutigt dich das? Es gibt ein Sehen und ein Sehen. Mit den Augen können wir uns auf das fokussieren, was nicht gut ist. Dann nörgeln wir rum, sehen die Fehler, haben keinen Blick für die positiven Bemühungen des anderen. Wir sehen die leckere Suppe nicht, sondern nur das bekannte Haar, was in ihr schwimmt. Wir können aber auch sehen und das Schöne, Positive, Liebevolle erkennen. Paulus schreibt einmal, worauf wir unseren Blick richten sollen: **„Zum Schluss, liebe Brüder und Schwestern: Was wahr ist, was achtenswert, was gerecht, was lauter, was wohlgefällig, was angesehen, wenn immer etwas taugt und Lob verdient, das bedenkt!“ (Philipper 4,8)**

Gott schaut uns positiv an. Seine Augen ruhen auf mir. Nicht um mich zu kritisieren oder um mich fertig zu machen. Er schaut auf mich, um mir zu helfen.

Ich erinnere mich, wie ich mit meinen Kindern, als sie noch klein waren, schwimmen ging und es ihnen versuchte beizubringen. Als sie dann so langsam sicherer wurden und ich sie nicht mehr festhalten musste, ließ ich sie doch keinen Moment aus den Augen. Ich schaute auf sie, achtsam und voller Fürsorge und wenn sie einen Fehler machten, schrie ich sie nicht an, was für Versager sie denn wären, sondern schwamm hin und korrigierte liebevoll. Wenn Gott mich anschaut, dann aus liebevollen, väterlichen Motiven. Wenn er korrigiert und etwas verändern muss in dir, dann redet er freundlich mit dir. (siehe **Hosea 2,16**)

Die „Furcht“ aus dem Vers oben hat nichts mit Angst zu tun, sondern mit Ehrfurcht, Achtung und Liebe zu Gott.

Beten mit dem Psalm 33

(lies den Psalm zuerst laut für dich)

Verse 1-3 zeigen mir, dass ich ein positiv gestimmter Mensch sein kann. Wenn Gott auf mich achtet, kann ich singen und fröhlich sein. Blicke ich gerade mehr auf die negativen Dinge des Lebens, auf die Fehler des anderen, auf das eigene Versagen? Ist mein Gesang eher ein Klagelied als ein Loblied? *Herr, lenke meinen Blick auf das Gute, Schöne, Positive, dass ich fröhlich werde und von ganzem Herzen dich loben kann für all das Gute, was du getan hast und tust.*

Verse 4-11 Haben mich Menschen enttäuscht? Auf was habe ich gehofft, von wem mir etwas gewünscht und nicht bekommen? Was ist unerfüllt geblieben? Ich sage Gott das und dann bete ich mit dem Psalm. Aber „**dein Wort ist wahrhaftig und was du zusagst, das hältst du gewiss**“. Ich will mich vielmehr auf Gottes Wort und seine Zusagen verlassen.

Verse 12-19 Gott schaut mich an. Sicher – er sieht alle Menschen. Aber ich fürchte ihn, ich liebe ihn, ich achte ihn. Er ist mein Vater, ich bin sein Kind, deshalb achtet er auf mich (ruhen seine Augen auf mir).

Verse 20-22 Da gibt es eine Sache, für die ich schon so lange bete. Hier steht das Wort „**harren**“ das auch bedeutet „**aktives Warten**“. *Herr, ich bringe dir meine Fragen, meine Herausforderungen, meine Sorgen. Du bist vertrauenswürdig. Sprich dein Wort in meine Situation.*

Jesus sagt: „Himmel und Erde werden vergehen, aber meine Worte werden nicht vergehen“. Matthäus 24,35

Platz für eigene Gedanken:



Psalm 34 „Ich will den Herrn loben allezeit; sein Lob soll immer in meinem Mund sein.“ (Vers 2)

Diesen Psalm habe ich unter das Motto gestellt: „**Wie man richtig glücklich wird**“. Da habe ich mir was vorgenommen. Als ob ich das Geheimrezept zum Glückseligkeit erfunden hätte. Und ich muss zugeben, das mit dem Glückseligkeit gelingt mir auch nicht immer. Aber ich lasse es trotzdem mal stehen, als Herausforderung für dich und mich. Dieser Psalm ist geprägt und durchzogen von folgenden Worten: **allezeit, immer, aller, allen, alledem...**

Allezeit soll ich den Herrn loben (**Vers 2**), **immer** soll sein Lob in meinem Mund sein (**Vers 2**), aus **aller** meiner Furcht errettete mich der Herr (**Vers 5**), Gott hilft aus **allen** Nöten (**Vers 7 & 18**), aus **allem** hilft der Herr (**Vers 20**), Gott bewahrt **alle** seine Gebeine (d.h. den ganzen Menschen **Vers 21**).

Als David diesen Psalm schrieb, war er auf der Flucht. Der König Saul wollte ihn umbringen. Hier schreibt also jemand einen Psalm, bei dem nicht alles Friede und Freude ist. Da ist ein Mensch in einer Grenzsituation, auf der Flucht, in höchster Gefahr. Worin lag sein Geheimnis trotzdem glücklich zu sein und diesen positiven Psalm zu schreiben? Vielleicht in den ersten Worten dieses Psalms „**Ich will...**“. Vielleicht muss man seine Lebensumstände manchmal dem Lob Gottes unterordnen. Vielleicht muss man manchmal einfach beginnen, Gott zu danken und sich zu erinnern, was er schon gutes getan hat „**Und vergiss nicht was er dir Gutes getan hat...**“ (**Psalm 103**). Vielleicht ist es manchmal die bewusste Entscheidung, jetzt nicht zu klagen und zu jammern und die Umstände auf den Thron meines Lebens zu heben. Vielleicht muss man manchmal einfach sagen „**Ich WILL den Herrn loben...**“ und beginnen ein Danklied zu singen. Dieses „**Ich WILL...**“ eröffnet einen weiten Raum: Plötzlich redet David von dem „**Strahlen vor Freude**“ (**Vers 6**), von der **Freundlichkeit Gottes (V.9)**, davon das die Gläubigen **keinen Mangel haben (V.10-11)**. Loben kann in unserem Leben einen weiten Raum eröffnen. Plötzlich sehen wir die Dinge anders. Plötzlich fällt uns das Gute ein. Plötzlich erinnert uns Gott an seine Verheißungen, plötzlich werde ich nach „**oben gezogen**“. Ein Spruch, den ich als junger Mensch oft belächelte, nun aber selber so oft erfahren darf: „**Loben zieht nach oben und Danken schützt vor Wanken**“. Ich denke, so kann man richtig glücklich werden.

Beten mit dem Psalm 34

(lies den Psalm zuerst laut für dich)

Verse 1-4 „*Ich will den Herrn loben...*“ Jetzt muss ich eine Entscheidung treffen. Was will ich? Fällt mir ein Lied ein? Ich beginne damit, es mir vorzusingen, ich stelle mir vor, wie Gott auf dem Thron sitzt und ich stehe vor ihm und ich singe ihm dieses Lied zu.

Verse 5-11 Jetzt bin ich mit dem Herrn allein. Sein Lob ist in meinem Mund. Jetzt sehe ich auf ihn (V.9). Ich beginne zu bekennen „*du hilfst mir aus allem meinen Nöten*“ (V.7), „*du bist freundlich, ich traue auf dich*“ (V.9), „*alles was ich jetzt gerade und für die nächste Zeit brauche, werde ich bekommen, denn ich lebe ohne Mangel*“ (V.10-11).

Verse 12-15 David stellt uns eine Frage: „*Wer will gut leben und schöne Tage sehen?*“ (V.13). Die Antwort folgt in V.14-15. Wo muss ich mein Reden ändern? Wo rede ich Schlechtes, Destruktives, Vernichtendes, Zerstörendes? Ist mein Reden ein Segen für mich und andere?

Verse 16-23 Und nochmal zählt David alles auf, was der Herr ihm Gutes tun möchte. Nur ihm? Nein, allen Gerechten. Allen, die Jesus in ihrem Herzen haben, sie werden „Gerechte“ genannt. „*So halten wir nun dafür, dass der Mensch gerecht wird ohne des Gesetzes Werke, allein durch den Glauben.*“ Römer 3,28

David hatte zwar Jesus noch nicht, aber ahnte schon etwas von einer Gerechtigkeit vor Gott. Jetzt haben wir Jesus. Er starb für unsere Ungerechtigkeit, unsere Schuld, unsere Sünde. Sein Tod ist mein Leben. Seine Strafe meine Gerechtigkeit. Deshalb gelten mir die Zusagen aus Psalm 34. Ich zähle die Zusagen auf, schreibe sie auf, lerne sie, beziehe sie auf meine Lebensumstände.

„Lobe den HERRN, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat: der dir alle deine Sünde vergibt und heilet alle deine Gebrechen, der dein Leben vom Verderben erlöst, der dich krönet mit Gnade und Barmherzigkeit.“ Psalm 103,2-4

Platz für eigene Gedanken:



Psalm 42 „Was betrübst du dich meine Seele und bist so unruhig in mir? Harre auf Gott; denn ich werde ihm noch danken, dass er meines Angesichts Hilfe und mein Gott ist.“ (Vers 6)

Seele und Geist in Einklang bringen. Der eine und andere mag denken: „Was kommt jetzt? Dieses Vokabular kennen wir aus der Esoterik“. Was meine ich mit diesem Titel? Der genannte Bibelvers macht das eigentlich schön deutlich. Der Schreiber des Psalms befindet sich in einem seelischen Tief. Seine Seele ist betrübt und unruhig. Unsere Seele ist die Herberge sämtlicher menschlicher Regungen, seien sie positiv oder negativ. In der Seele schlummern Freude und Traurigkeit, Liebe und Hass, Sicherheit und Selbstmitleid, Zufriedenheit und Verzweiflung, schöne Gefühle und bittere Gefühle. Die seelischen Reaktionen sind nur schwer zu kontrollieren. Sie kommen und gehen. Deshalb ist kein Tag wie der andere. Was gestern noch schön war, ist heute nervig. Wenn heute tiefe Freude meinen Alltag bestimmt, kann es passieren, dass morgen die Freude wie weggeblasen ist und sich verwandelt in Sorge oder sonstige destruktive seelische Regungen. Die Seele tut was sie will und selbst unser Wille reicht oft nicht aus, um sie zu beeinflussen: **„...denn meine Seele will sich nicht trösten lassen.“ Psalm 77,3.** Aber wir müssen keine Opfer unserer seelischen Reaktionen sein. Wir sind nicht der Willkür der Seele ausgeliefert. In uns lebt etwas Stärkeres, etwas Mächtigeres. Es ist der Geist Gottes, der in uns das wirkt, was wir als einfache Menschen nicht zu tun vermögen. Wer Jesus Christus in sein Leben hineingelassen hat, der kann mit dem Apostel Paulus sagen: **„Und nicht mehr lebe ich, sondern Christus lebt in mir“ (Galater 2,20).** Von diesem „Christus in uns“ von diesem Geist Gottes aus, können wir unser Leben gestalten. Der Volksmund redet von „Leib, Seele und Geist“. Die Bibel redet genau andersherum von „Geist, Seele und Leib“ (1.Thess.5,23). Es ist gut, sich um seinen Körper zu kümmern und um seine Gefühle/seine Seele. Aber das erste was wir im Blick haben müssen, ist der „Geist“. Von diesem Geist Gottes strömt all das Göttliche, was uns letztlich verändert, ruhiger werden lässt, zufriedener sein lässt. Der Geist wirkt in uns Liebe und Glück, Sanftmut und Geduld. Unserer Seele befehlen wir auf Gott zu schauen. **„Harre auf Gott“.** Von ihm aus erlebt die Seele ihr Wohlbefinden.

Beten mit dem Psalm 42

(lies den Psalm zuerst laut für dich)

Verse 1-6 Ich habe Sehnsucht nach Gott. Wie der Psalmschreiber Sehnsucht hat, möchte auch ich wieder Gottes Handeln sehen. Wie ein trockener Schwamm sehnt sich die Seele nach dem Eingreifen Gottes. Ich darf vor Gott ehrlich sein, ihm meine Sehnsucht jetzt mitteilen: ***Greife ein, zeig dich mir, bewege etwas in mir, verändere Situationen.*** Jetzt gerade hat sich noch nichts verändert und doch spreche ich mit dem Psalmisten zu meiner Seele: ***„Was betrübst du dich meine Seele und bist so unruhig in mir? Harre (erwartendes Warten) auf Gott, denn ich werde ihm noch danken, dass er meines Angesichts Hilfe und mein Gott ist.“***

Verse 7-12 Der ganze Zwiespalt wird deutlich. Der Psalmist erkennt, dass Gott da ist und er sich an ihn wenden kann (**Verse 7, 9, 10a,12**). Und doch sind die Probleme nicht gelöst (**Verse 7a, 8, 10b, 11**). Es gibt einen Kampf um meine Seele. Habe ich den Mut den Geist Gottes in mir wirken zu lassen und so den seelischen, destruktiven Regungen Einhalt zu gebieten?

Jetzt muss ich im Glauben aufstehen. Der Seele befehlen. Den Geist Gottes bitten, mich zu füllen mit all der guten Frucht, die er in mir wachsen lassen möchte, unabhängig meiner seelischen Verfassung: ***„Denn die Frucht, die der Geist Gottes gibt, ist: Liebe, Freude, Frieden, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Treue, Sanftmut und Selbstbeherrschung.“*** Galater 5,22-23

Ich konzentriere mich auf den Geist Gottes und auf das, was er in mir wachsen lassen möchte.

„Denn Gott hat uns nicht gegeben den Geist der Furcht, sondern der Kraft und der Liebe und der Besonnenheit (überlegte, selbstbeherrschte Gelassenheit).“ 2.Timotheus 1,7

Platz für eigene Gedanken:



Psalm 51 „Gib mir meine Freude zurück und lass mich wieder fröhlich werden, denn du hast mich zerbrochen. Sieh meine Sünde nicht mehr an und vergib mir meine Schuld.“ (Verse 10-11)

Was ist da nur in David gefahren? Er war doch ein glücklicher, erfolgreicher, gesegneter König von Israel. Er geht auf dem Balkon seines Palastes. Und da sieht er sie. Batseba! Sofort weiß er: „**Die will ich haben**“. Dass er selber schon genügend Frauen hat und dass auch Batseba verheiratet ist, das interessiert ihn nicht. Die Gier, die Lust verblenden seine Sinne. Er lässt den Ehemann von Batseba, ein Krieger im Heer der Israeliten, an die vorderste Kriegsfront stellen. Denn er weiß, dass dieser Uria von dort nie mehr lebendig zurückkehren wird. Und dann nimmt er Batseba, tötet Uria – der gesegnete Mann Gottes!

Manchmal ist es gut, jemanden zu haben, der einen auf die Missstände seines Lebens aufmerksam macht. Nicht dass man das schön findet und mit Halleluja reagiert. Und doch kann dies zutiefst heilsam sein. Der Prophet Natan kommt zu David, macht ihn auf den Mord und den Ehebruch aufmerksam. David erschrickt! Wie konnte Natan das wissen? Gott hatte es ihm offenbart. Nicht um David bloßzustellen, sondern um ihn aufmerksam zu machen und zur Buße (Umkehr) und zur inneren Heilung zu führen. David reagiert sofort und sagt: „**Ich habe gesündigt gegen den Herrn**“ (2.Samuel 12,13).

Du hast vielleicht nicht die Ehe gebrochen oder jemanden ermordet. Du hast anderes getan: Reagierst genervt, redest ständig schlecht über andere, bist unzufrieden und lässt dies jeden spüren, lebst in irgendwelchen Abhängigkeiten, von denen du genau weißt, dass diese dir nicht gut tun. Gott sah David, Gott sieht dich und mich. Und er hat die Lösung: Er sandte Jesus, der für uns die Strafe der Schuld trug und Erneuerung möglich macht. Jesus sagt einmal:

***„Nur dann, wenn der Sohn euch frei macht, seid ihr wirklich frei.“
Johannes 8,36***

Die ganze Geschichte von David ist nachzulesen in **2. Samuel 11-12**

Beten mit dem Psalm 51

(lies den Psalm zuerst laut für dich)

Verse 1-9 Ich habe gesündigt. Ich nenne dir meine Sünde.

Nimm dir Zeit, falsches Verhalten vor Gott auszusprechen. Das was ausgesprochen ist, ist offenbar, ist ans Licht gebracht. Alles was ans Licht gebracht ist, ist kein dunkles Geheimnis mehr. Du musst nicht mehr alleine damit rumlaufen. Alles was ans Licht gebracht wird, kann vergeben und verändert werden.

Lege das, was du erkannt hast, vor das Kreuz von Golgatha, an dem Jesus für deine Sünde starb.

Verse 10-14 *Gib mir etwas Neues, Herr. Ein reines Herz, einen beständigen Geist, Freude, Willigkeit, dir und deinen Vorstellungen Folge zu leisten. Ich nehme Vergebung für mich in Anspruch: „Doch wenn wir unsere Sünden bekennen, erweist Gott sich als treu und gerecht: Er vergibt uns unsere Sünden und reinigt uns von allem Unrecht, das wir begangen haben.“*

1.Joh.1,9

Jetzt habe ich Erneuerung erlebt. *„Herr ich bete darum, dass diese Erneuerung anhält. Und wenn ich wieder in alte Muster hineinfalle, dann will ich schnell wieder zurückkehren und mich erinnern, dass du heute Neues in mich hineingepflanzt hast.“*

Tip: Manchmal ist es sehr hilfreich einen Menschen zu haben, dem ich erzählen kann, was bei mir nicht in Ordnung ist. Im Namen Jesu kann dieser mir Vergebung zusprechen.

„Doch wegen unserer Vergehen wurde er durchbohrt, wegen unserer Übertretungen zerschlagen. Er wurde gestraft, damit wir Frieden haben. Durch seine Wunden wurden wir geheilt!“ Jesaja 53,5

Platz für eigene Gedanken:



Psalm 91 „*Der Herr spricht: Ich will den erretten, der mich liebt. Ich will den beschützen, der auf meinen Namen vertraut. Wenn er zu mir ruft, will ich antworten. Ich will ihm in der Not beistehen und ihn retten und zu Ehren bringen. Ich will ihm ein langes Leben schenken und ihn meine Hilfe erfahren lassen.*“ (Verse 14-16)

Positiv und zuversichtlich in die nächste Zeit. Was liegt in der nächsten Zeit an? Eine berufliche Veränderung? Ein neues Schuljahr, was ja für Kinder wie für Eltern gleich spannend ist? Eine wichtige Entscheidung, die getroffen werden muss? Oder vielleicht Beziehungspflege bei einigen, die ich in der letzten Zeit vernachlässigt habe? Was auch immer anliegt, du kannst positiv und zuversichtlich die Dinge anpacken, die für dich in der nächsten Zeit wichtig sind.

Dieser Psalm hat die Besonderheit, dass nach den ersten 13 Versen, Gott selber spricht. Die ersten Verse sprechen von dem Bleiben in der Gegenwart Gottes (1-2). In meinem Leben verändert sich vieles und immer wieder sind wir gezwungen, uns auf veränderte Gegebenheiten einzulassen. Aber bei Gott dürfen wir sitzen und bleiben. „*Wer unter dem Schirm des Höchsten sitzt und unter dem Schatten des Allmächtigen bleibt, der spricht zu dem HERRN: Meine Zuversicht und meine Burg, mein Gott, auf den ich hoffe.*“

Aus dem Bleiben bei Gott gestalte ich das Kommen und Gehen der unterschiedlichen Alltagsanforderungen.

Weiter spricht der Psalm von der Bewahrung Gottes (Verse 3-12). Egal welcher Situation du dich stellen musst, Gott wird gegenwärtig sein, dich behüten und beschützen, dir in den brenzlichsten Situationen zur Seite stehen. Er wird: „*Seinen Engeln befehlen, dass sie dich behüten auf allen deinen Wegen*“ (Vers 11). Das tut der lebendige Gott für all diejenigen, die:

Ihn **lieben**, auf seinen Namen **vertrauen**, ihn **anrufen** (Verse 14-15)

Gehörst du dazu?

Beten mit dem Psalm 91

(lies den Psalm zuerst laut für dich)

Verse 1-2 Aus dem Bleiben bei Gott gestalte ich das Kommen und Gehen der unterschiedlichen Alltagsanforderungen. Wie schaffe ich mir Freiräume im Alltag, um bei Gott zu bleiben, mich vor ihm hinzusetzen, um von ihm zu hören und mich für den Alltag ausrichten zu lassen?

Das Bleiben in der Gegenwart Gottes beeinflusst mein geistliches Leben. Hier lerne ich Gott und sein Wort kennen. Ich erkenne, wer Gott ist, was er will, was er verspricht. Derjenige, der bleibt: **„der spricht zu dem Herrn: Du bist meine Zuflucht und meine Burg, mein Gott, dem ich vertraue.“**

Verse 3-13 Ich lege Gott die schwierigen Situationen meines Lebens hin: Beziehungsprobleme, Unglücke, Krankheit. Diese Dinge sind Realität. Aber was das Wort Gottes hier sagt, ist die Wahrheit. Ich bitte Gott darum, dass die Zusagen dieses Psalms sich in meinen Lebenssituationen niederschlagen. Ich bitte Gott, dass er verändert, schützt, heilt. Ich bitte ihn, dass die Worte dieses Psalms mich positiv und zuversichtlich stimmen, selbst dann wenn nicht alle Dinge des Lebens gut und positiv laufen.

Verse 14-16 Hier spricht der lebendige Gott direkt zu mir. Ich nehme die Zusagen aus seinem Mund für mich in Anspruch. Am besten nehme ich in Anspruch, indem ich beginne zu danken. Danken für die Worte, die er spricht. Danken für seine Errettung, seinen Schutz, sein Erhören wenn ich rufe, seine Hilfe in der Not, für sein Heil, das er mir gibt.

Und sagt Dank Gott, dem Vater, allezeit für alles, im Namen unseres Herrn Jesus Christus. Epheser 5,20

Platz für eigene Gedanken:

