

Die Bibel erklärt

—

**Psalmen – Arbeitsheft**

*Christopher Ash*



# INHALT

---

Einleitung	9
Warum die Psalmen studieren?	11
Die Zeitleiste der Bibel	13
1. Glücklich der Mann, der ... (Psalm 1 und 2)	15
2. Das Vertrauen des Königs (Psalm 22)	21
3. Gott führt seinen König (Psalm 23)	27
4. Selbstgespräche (Psalm 42 und 43)	33
5. Auf dem Weg nach Hause (Psalm 84)	39
6. Fördere das Werk unsrer Hände (Psalm 90)	45
7. In den Chor einstimmen (Psalm 145)	51

---



DER CHOR DES KÖNIGS:  
DIE PSALMEN MIT JESUS SINGEN

—

Vielleicht liest du dieses Arbeitsheft zusammen mit dem Kommentar *Die Bibel erklärt: Psalmen*. Die Kapitel dieser beiden Bücher sind folgendermaßen miteinander verknüpft:

*Einheit 1 im Arbeitsheft → Kapitel 1 im Kommentar (Psalm 1 und 2)*

*Einheit 2 → Kapitel 3 (Psalm 22)*

*Einheit 3 → Kapitel 3 (Psalm 23)*

*Einheit 4 → Kapitel 5 (Psalm 42 und 43)*

*Einheit 5 → Kapitel 10 (Psalm 84)*

*Einheit 6 → Kapitel 11 (Psalm 90)*

*Einheit 7 → Kapitel 16 (Psalm 145)*

---



---

## EINLEITUNG

---

Jeder Bibelkreis ist anders. Es kann sein, dass deiner in der Gemeinde stattfindet oder zu Hause oder in einem Café oder unterwegs im Zug. Gemütlich bei einer Tasse Kaffee am Vormittag oder hektisch während einer 30-minütigen Mittagspause. Die Teilnehmer können frischgebackene oder auch gestandene Christen sein, komplette Nichtchristen, junge Mütter, die ihr Kleinkind mitgebracht haben, Studenten, Geschäftsleute oder Teenager. Wir haben dieses Arbeitsheft entsprechend flexibel gestaltet, zum Einsatz in verschiedenen Kontexten.

Das Ziel ist es jeweils, zu ermitteln, was in dem entsprechenden Bibelabschnitt steht und wie dies mit dem »großen Bild« der Bibel als ganzer zusammenhängt. Doch es geht noch weiter: Wir müssen das, was wir entdeckt haben, auch auf unser Leben anwenden. Insgesamt gibt es die folgenden Schritte:

↳ **Einstieg:** Meistens muss zu Beginn der Sitzung erst einmal »das Eis gebrochen« werden. Hier findet ihr die Frage, die genau das leistet. Sie ist so formuliert, dass sie zum Reden über ein Thema anregt, das in dieser Sitzung behandelt werden wird.

↓ **Was steht da?** Der Bibeltext wird in überschaubare Abschnitte gegliedert, mit Fragen, die uns helfen, die Aussage des Textes zu verstehen. Die **Arbeitshilfe für Gruppenleiter** enthält **Fragen zum Studium** sowie manchmal ↻ zusätzliche Fragen zur Vertiefung.

↓↓ **Tiefer schürfen (optional):** Diese Fragen helfen dir, das Gelernte mit anderen Stellen in der Bibel zu vernetzen, sodass sich die verschiedenen Puzzle-Stücke zu einem Gesamtbild zusammenfügen. Manchmal behandeln diese Fragen auch einen Aspekt des Bibeltextes, der im Hauptstudienteil nur gestreift worden ist.

---

→ **Ab in die Praxis:** Diese Fragen sollen der Gruppe helfen, darüber nachzudenken, was das, was da in der Bibel steht, für die Lebenspraxis des Einzelnen wie der Gemeinde bedeutet.

↻ **Ganz persönlich:** Diese Abschnitte sind Hilfen zum Nachdenken, Planen und Beten bezüglich der Veränderungen, die aufgrund dessen, was ich in diesem Bibeltext gelernt habe, möglicherweise in meinem Leben nötig sind.

↑ **Zum Beten:** Dieses Arbeitsheft möchte Mut machen zu einem Beten, das in Gottes Wort wurzelt und auf seine Wünsche, Ziele und Verheißungen ausgerichtet ist. Daher endet jeder Abschnitt mit der Gelegenheit, die Erkenntnisse und Anfragen, die sich während des Bibelstudiums ergeben haben, noch einmal zusammenzufassen und Bitt- und Dankgebete daraus zu machen.

Die **Arbeitshilfe für Gruppenleiter** bietet historische Hintergrundinformationen, Erläuterungen der zu behandelnden Bibeltexte, Ideen für Extra-Aktivitäten und Hilfen, wie man Menschen am besten dabei unterstützen kann, die Wahrheiten des Wortes Gottes zu entdecken. Die Arbeitshilfe kann kostenlos auf unserer Webseite heruntergeladen werden.

---



## WARUM DIE PSALMEN STUDIERN?

---

Ich möchte euch einladen, mit mir auf eine Reise durch die fünf Bücher der Psalmen (den Psalter) zu gehen, um beten zu lernen. Genau dafür sind die Psalmen in der Bibel gedacht. Sie sollen uns lehren, in Übereinstimmung mit Gottes Willen zu beten. Sie geben uns Einblick, wie Jesus in seinem Leben als Mensch beten lernte. Mit ihnen soll auch das Volk Jesu beten, denn durch die Psalmen leitet der Geist Jesu uns im Gebet und im Lobpreis an.

In den Psalmen lernen wir, gemeinschaftlich zu beten – zusammen mit Jesu Kirche aller Zeitalter. Wir lernen, christozentrisch zu beten: Wir lassen uns in unseren Gebeten von Jesus Christus leiten, durch dessen Geist wir die Psalmen beten. Wir lernen, einfühlsam zu beten, indem wir uns mit der größeren Gemeinde identifizieren und uns weniger auf unsere individualistischen (und oft um uns selbst kreisenden) Anliegen konzentrieren. Die Psalmen singen und beten zu lernen, ist eine herausfordernde Angelegenheit und eine aufrüttelnde Erfahrung. Dennoch ist es eine Übung, die uns in das Bild des Gottessohnes, des Herrn Jesus, verwandelt, dessen Gebetsleben von diesen herrlichen Dichtungen geprägt war.

Die Psalmen sind der von Gott gewählte Weg, unser Denken und unser Fühlen auf eine Weise anzuregen, die leidenschaftlich, wohlüberlegt, richtig und authentisch ist. Sie zeigen uns, wie wir unsere unterschiedlichsten Gefühle ausdrücken können. Mehr noch: Die Psalmen bringen unsere ungeordneten Empfindungen wieder in die rechte Ordnung. Wir entwickeln eine tiefere Sehnsucht nach dem, was wir ersehnen sollen, eine stärkere Abneigung gegen das, wovor wir fliehen müssen, und ein größeres Verlangen nach der Ehre Gottes im Wohlergehen der Gemeinde Christi. Die Psalmen erschaffen

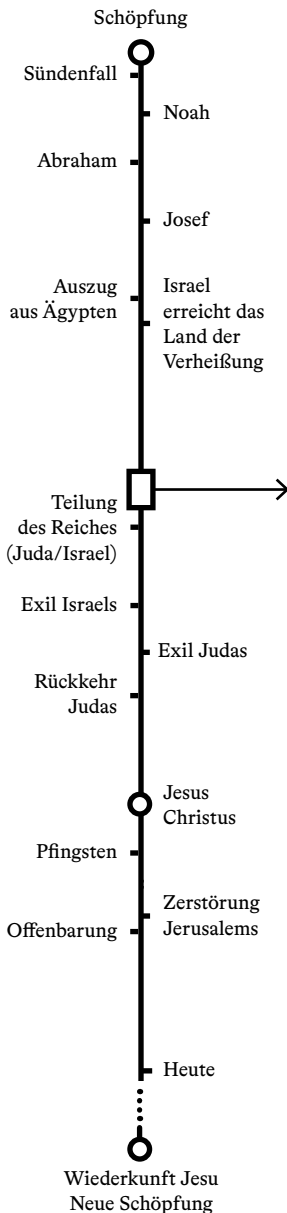
---

in uns eine reichhaltige Palette an korrekt ausgerichteten Emotionen. Es geht weniger darum, dass wir uns in den Psalmen wiederfinden, sondern vielmehr darum, dass sie uns prägen, damit jene gottgegebenen Sehnsüchte, die in ihnen so bewegend zum Ausdruck kommen, tief in uns widerhallen.

In weiten Teilen der heutigen christlichen Kirche sind die Psalmen ein vergessener Schatz: Viele Gemeinden gleichen einem verarmten Haus, auf dessen Dachboden unermessliche Reichtümer liegen – aus den Augen verloren, unbeachtet, von den Motten zerfressen und verstaubt. Lasst uns die Psalmen wieder hervorholen und in dem Wunder schwelgen, das in ihnen steckt – in einer Fülle und einem Reichtum der Beziehung zu Gott, an die so viele von uns halb verhungerten Christen nicht einmal im Traum denken.

---

## DIE ZEITLEISTE DER BIBEL



Wo stehen die Psalmen im Gesamtzusammenhang der Geschichte des Wortes Gottes?

## KÖNIG DAVID (1040–970 v. Chr.)

Von den 150 Liedern des Psalters wurden 73 von König David geschrieben. In diesem Arbeitsheft betrachten wir drei davon, außerdem einen Psalm Moses und weitere, die entweder anonym oder von einer Gruppe verfasst wurden, die wir als »Söhne Korachs« kennen.



---

PSALM 1 UND 2

---

1. GLÜCKLICH DER MANN, DER ...

---

↳ *Einstieg*

1. Was kommt dir in den Sinn, wenn du an das Buch der Psalmen denkst? Wie geht es dir mit dem Gedanken, einige Psalmen gemeinsam zu studieren?

---

Hast du Lieblingspsalmen? Wenn ja, welche und warum?

---

↓ *Was steht da?*

Psalm 1 und 2 sind wie zwei große Säulen zu beiden Seiten des Eingangstors, das in die fünf Bücher der Psalmen hineinführt. Sie leiten Buch I ein und sind dem gesamten Psalter vorangestellt.  
○ Lest Psalm 1, 1–6.

---

**Wörterklärungen**

**Glücklich (V. 1):**

von Gott mit Gutem gesegnet.

**Spreu (V. 4):** Rückstand, der beim Dreschen des Getreides anfällt.

**Gerecht (V. 5):**

mit Gott im Reinen.

**HERR (V. 6):**

der Bundesname Gottes.

---

**Psalm 1 und 2**

---

2. Was tut der Glückliche nicht (V. 1)?

---

Wie lässt sich dieser Mensch positiv beschreiben (V. 2)?

---

Welches Bild wird für den Glücklichen in Vers 3 verwendet?

---

3. Das Wort, das in Vers 1 in den meisten deutschen Bibeln mit »tritt« oder »betritt« übersetzt wird, heißt wörtlich »steht«. Warum werden jene, die in Vers 1 »stehen«, in Vers 5 nicht bestehen?

---

Was ist der eigentliche Grund, weshalb sowohl die Seligpreisung als auch die Warnung dieses Psalms zutrifft (V. 6)?

---

4. Wer ist der eine Mensch, auf den die Beschreibung von Psalm 1 wirklich zutrifft und der es verdient, dieses Glück zu erben? Auf welche Weise entspricht er dieser Beschreibung?

---