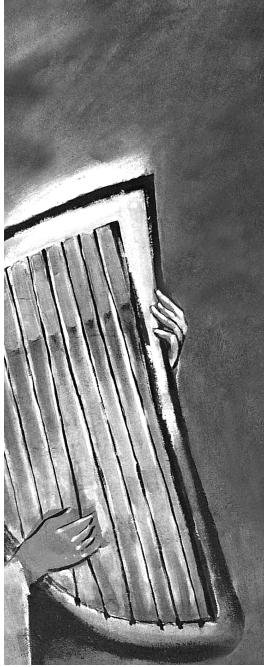


GREGORY POLAN

Die **Psalmen**





Die **Psalmen**

Impulse zu den ältesten
Gebeten der Bibel

Der Münsterschwarzacher Psalter

mit Kommentar und Gebeten von

Abtprimas Gregory Polan OSB

Aus dem Amerikanischen von
Matthias Hofmann

Vier-Türme-Verlag

Danksagung

Dieses Buch ist sowohl meinen Mitbrüdern, den Benediktinermönchen der Conception Abbey, als auch dem Andenken an Reverend LB, CSP, gewidmet, der mich als Erster einlud, dieses Buch zu schreiben. Meine Mitbrüder haben meine Liebe zur Heiligen Schrift, insbesondere zu den Psalmen, beständig gefördert, wofür ich ihnen sehr dankbar bin. Pater Lawrence Boadt, CSP, ein angesehener (Bibel-)Gelehrter und treuer Freund, ermutigte mich, meine Liebe zu den Psalmen mit anderen zu teilen, und diese Liebe war es letztlich, die die Psalmen zu einem so wertvollen Zugang zum Gebet gemacht haben. Darüber hinaus gilt mein aufrichtigster Dank meinem Sekretär, Bruder Jude Person, OSB, dessen sorgfältige Überarbeitung die Texte bereichert hat, sowohl was den Stil betrifft, als auch die Klarheit im Ausdruck; dem Leser werden sie dadurch noch verständlicher und ansprechender erscheinen. Bruder Jude wählte seine Worte mit größter Sorgfalt, Hingabe und Geduld, wofür ich ihm ebenso zu äußerstem Dank verpflichtet bin. Abschließend möchte ich meine Wertschätzung für meinen Mitbruder Pater Hugh Tasch, OSB, zum Ausdruck bringen, der das Manuskript sorgfältig gegengelesen und einige inspirierende Fragen gestellt hat. Seine Liebe zu den Psalmen war wiederum Anreiz für mich, die Texte mit Hingabe und en détail zu lesen, und auch dafür bin ich überaus dankbar.

Einführung

Als *The Grail Psalms* Anfang der 1960er-Jahre erschien, wurde die Bedeutung der Texte für das Gebet und das spirituelle Leben der Kirche schnell deutlich. Deus Books bereitete 1968 in Zusammenarbeit mit Paulist Press eine Sonderausgabe vor: *Die Psalmen: Eine Neuübersetzung – Gesangsversion (The Psalms: A New Translation – Singing Version)* beinhaltete Einführungen von Reverend Joseph Gelineau, SJ, und Don A. Gregory Murray, OSB. Gelineau lieferte das Hintergrundwissen: von Frankreich ausgehend wurde die Übersetzung so speziell angelegt und entwickelt, dass die Psalmen in einer Art und Weise gesungen werden konnten, die nah am rhythmischen Muster des hebräischen Urtextes war. Murray seinerseits gab grundlegende Anweisungen im Hinblick auf die Anwendung der Gesangstöne auf die englische Neuübersetzung.

Eine weitere Besonderheit dieser Ausgabe waren knappe Einführungen zu jedem einzelnen Psalm, für die die britischen Bibelwissenschaftler Reverend Alexander Jones und Reverend Leonard Johnston verantwortlich zeichneten. Sie hatten es sich zur Aufgabe gemacht, die Leser darin zu unterstützen, Schlüsselmotive zu erkennen, nach denen sich die alten Gebete jeweils unterscheiden lassen. Diese Ausgabe bot vielen Katholiken die Möglichkeit einer ersten, ernsthaften Auseinandersetzung mit dem Buch der Psalmen; jahrhundertlang stellte es einen wesentlichen, durchaus vertrauten Teil der Liturgie dar, mit dem man sich jedoch bis in die damalige Zeit hinein vorwiegend in der lateinischen Sprache beschäftigt hatte, die nur wenige ohne Weiteres verstanden. Die kurzen, scharfsinnigen Einführungen zur neuen Übersetzung eröffneten dem Leser die tiefgründigen Bedeutungen dieser so wichtigen biblischen und liturgischen Texte.

Mit der Verbreitung von *Liturgiam Authenticam*, einer Anleitung der *Congregation of Divine Worship and the Discipline of the Sacraments* (CDWDS) für die Übersetzung liturgischer Texte, begann sich bereits im

Jahr 2001 abzuzeichnen, dass eine überarbeitete Ausgabe von *The 1963 Grail Psalms* nötig sein würde. Im Auftrag der Katholischen Bischofskonferenz der Vereinigten Staaten bereiteten die Mönche der Conception Abbey *The Revised Grail Psalms* vor, welches 2010 einer Überprüfung (*recognitio*) im Hinblick auf seine Verwendung in der Liturgie durch die CDWDS unterzogen wurde. Als Abt und spiritueller Vater der Mönche der Conception Abbey war ich an der Erarbeitung von *The Revised Grail Psalms* stets beteiligt. Als die Überarbeitung bereits im Gange war, trat Lawrence Boadt, CSP, damaliger Präsident von Paulist Press als auch langjähriger Freund und geschätzter Kollege, an mich heran. Er fragte, ob ich mir vorstellen könne, für eine Sonderausgabe von *The Revised Grail Psalms* eine Einführung zu jedem der Psalmen zu schreiben, ähnlich denen in der Paulist-Ausgabe von 1968. Seiner Meinung nach würde eine solche Ausgabe einer neuen Generation von Gläubigen einen spirituellen Zugang zu diesen antiken, hebräischen Gebeten ermöglichen, die zu Grundpfeilern unserer Liturgie geworden sind. Jene Unterhaltung war der Ausgangspunkt für die vorliegende Ausgabe, die im amerikanischen Original die Texte des *The Revised Grail Psalms* enthält, für die deutsche Ausgabe mit den Texten des *Münsterschwarzacher Psalters* versehen ist.

Beide Ausgaben des Psalters haben in ihrer Intention und Übersetzungsgrundlage viel gemeinsam: Ihre Übersetzung lässt sich als »liturgischer Psalter« bezeichnen. Sie unterscheidet sich in einigen Punkten von vielen Bibelübersetzungen der jüngeren Vergangenheit. Dabei nimmt sie den hebräischen Urtext als Ausgangspunkt für die Übersetzung der Psalmen; weil sie jedoch insbesondere in der Liturgie Anwendung finden soll, beeinflussen weitere kulturelle und historische Faktoren einzelne Formulierungen. Als beispielsweise im dritten vorchristlichen Jahrhundert die Hebräische Bibel ins Griechische übersetzt wurde (die Septuaginta oder LXX), hatte die zur damaligen Zeit vorherrschende hellenistische Kultur des Mittelmeerraums mit ihrer spezifisch philosophischen und anthropologischen Ausrichtung großen Einfluss auf die Gestaltung des Textes, die sowohl dem Wortschatz als auch den geistigen Vorstellungen Rechnung trug. In gewisser Weise ist jede Übersetzung gleichzeitig eine Interpretation. In christlicher Zeit, als der Kirchenvater Hieronymus im Auftrag

des Papstes eine Übersetzung der Schriften ins Lateinische vorbereiten sollte (die Vulgata), konsultierte er sowohl den hebräischen Ursprungstext als auch die griechische Septuaginta für seine »Interpretation«. Die Version des Psalters in der Vulgata übte dann ihrerseits großen Einfluss darauf aus, in welchem Wortlaut die Texte der Psalmen in verschiedene ältere Messbücher und letztlich in das Römische Messbuch (Missale) aufgenommen wurden, das zur Standardausgabe der Westkirche wurde. Als sich das Missale weiterentwickelte, wurden einige Psalmtexte auf bestimmte theologische Motive und Vorstellungen bezogen und zu bestimmten liturgischen Festen verwendet, sowohl im Kontext längerer Zeiträume, wie zum Beispiel der Adventszeit, Weihnachten, Fastenzeit und Ostern, als auch bei bestimmten Hochfesten im Kirchenjahr. Deshalb übersetzte man einige Schlüsselbegriffe auf bestimmte Art und Weise, damit diese traditionellen Bezüge nicht verloren gingen und die lateinische Fassung so mit den hebräischen und griechischen Versionen der Psalmen weiterhin übereinstimmte, ebenso wie mit den Schriften insgesamt. Textstellen, an denen sich Formulierungen in den Kommentaren aufgrund unterschiedlicher Übersetzung in *The Revised Grail Psalms* und *Münsterschwarzacher Psalter* den Sinn verändernd abweichen, sind durch Anmerkungen des Übersetzers gekennzeichnet.

Die jeweiligen Einführungen zu den Psalmen in dieser Ausgabe richten sich an alle, die ein tieferes spirituelles Verständnis von diesem »Gebetbuch der Bibel« erlangen möchten. Sie setzen keine tiefere Kenntnis von Exegese oder historisch-kritischer Methode voraus. Obwohl diese Einführungen auch Informationen vermitteln, die der Bibelforschung entstammen, versuchen sie dies doch in einer Sprache zu tun, die sowohl auf intellektuelles Verständnis als auch auf spirituelle Wertschätzung abzielt. Der Psalter ist *Poetik* – antike Kompositionen der Juden, die die christliche Kirche in ihren frühesten Jahren übernommen hatte und die durch die Jahrhunderte bis in unsere Zeit gewürdigt werden. Von allen Texten des Alten Testaments sind die Psalmen das Buch, das am häufigsten im Neuen Testament zitiert wird. Jesus selbst werden die Texte in den Mund gelegt und so Ausdruck seines eigenen Gebets zu Gott; sie manifestieren

somit seine eigenen Erfahrungen als Mensch und verdeutlichen seine persönlichen Einsichten in sein Leben und seine Mission. Die Einführungen möchten den biblischen Hintergrund erklären, um einzelne Psalmen im Hinblick auf Symbolik, Stilmittel und charakteristisches Vokabular zu verstehen. Darüber hinaus ist jeder Psalm verbunden mit der Botschaft des Neuen Testaments, wodurch dem Leser wieder und wieder vor Augen geführt wird, wie bedeutend diese antiken Gebete für unseren christlichen Glauben sind.

Als Besonderheit dieser Ausgabe ist jedem Psalm ein Psalmgebet nachgestellt. Diese Gebete sollen die Erfahrung der Leser abrunden, indem sie einige Motive und Bilder des jeweiligen Psalms so wiederholen, dass er sie in seine derzeitige spirituelle Praxis einbinden kann. Dabei ist es hilfreich zu wissen, dass Psalmgebete schon seit dem Frühchristentum Bestandteil der Liturgie im Stundengebet sind, dem offiziellen täglichen Gebet der Kirche. Das Stundengebet segnet die verschiedenen Tagzeiten – Morgen, Mittag, Abend und Nacht – mit dem Rezitieren von Psalmen und Lobgesängen, gemeinsam mit der gesamten Kirche. Die Psalmen gelten seit jeher als »Sprungbrett« für das persönliche Gebet: die Bilder, Themen und Motive ziehen den, der sie betet, in eine reflektierte Antwort an Gott hinein. So wie Gott zu den Menschen in seinem Vortrag des Psalms spricht, so ist das Psalmgebet die Antwort des Menschen auf das Wort Gottes, eine Erwiderung aus einem Herzen, das das Wort erleuchtet hat. Die *Allgemeine Anweisung für das Stundengebet* verweist auf die Bedeutung der »geheiligten Stille«, die mit einem solchen Gebet einhergeht: »Die Stille hat zum Ziel, die Stimme des Heiligen Geistes in höherem Maß in unseren Herzen zu hören und unser persönliches Gebet näher mit dem Wort Gottes und der öffentlichen Stimme der Kirche zu vereinen« (*Allgemeine Anweisung für das Stundengebet*; Abschnitt XII, »Die geheiligte Stimme«). Die Psalmgebete in diesem Buch sind nur als Beispiele zu verstehen. Damit ist die Hoffnung verbunden, dass das wiederholte Beten der Psalmen nach und nach zu spontanen Antworten führt, die aus dem Herzen des Lesers kommen und ihm mit der Zeit immer leichter fallen wird.

Ebenso liefert diese Ausgabe einen Titel für jeden Psalm, einen Namen, unter dem man ihn wiedererkennen oder sich auf ihn beziehen kann. Auch damit ist die Hoffnung verbunden, dass jeder, der diese Psalmen aufsagt und betet, letztlich einen charakteristischen und persönlichen Titel für jeden dieser Texte aus dem Gebetbuch der Bibel finden wird, in dem zum Ausdruck kommt, dass dieses antike Liedgebet für ihn persönliche Bedeutung hat. Dadurch könnte jeder Psalm einzigartigen Charakter für jeden erhalten, der ihn liest und ihn reflektiert, eine besondere Bedeutung, eine unverwechselbare Verbindung zum eigenen spirituellen Leben. Einige der Titel in diesem Buch sind direkt den jeweiligen Psalmen entnommen; andere sind das Ergebnis eigener Reflektion über Bilder, Sprache, Gedanken und Erinnerungen, die durch Lebenserfahrung entstanden; niemand sollte sich aber scheuen, einem Psalm einen eigenen Titel zu geben, der seine unverkennbare Handschrift trägt; ein solches Vorgehen hat das Potenzial, den Betenden in eine Welt voller Bedeutungen hineinzuziehen, welche die Psalmen schon seit Tausenden von Jahren für Synagoge und Kirche haben.

Das Buch der Psalmen lesen

Der hebräische Name für das Buch der Psalmen lautet *Sepher Tehillim*, was wörtlich übersetzt »Buch der Lobpreisungen« bedeutet. Denjenigen, die alle 150 Psalmen gelesen oder gebetet haben, mag diese Bezeichnung merkwürdig oder gar unpassend erscheinen; immerhin gibt es mehr Klagelieder im Psalter als jede andere Psalmgattung. Kann das Vorbringen einer Klage auch gleichzeitig Lobpreis sein? Ein theologisches Betrachten des Psalters hilft uns, die reiche hebräische Geschichte hinter dem Titel »Buch der Lobpreisungen« zu verstehen. Nach jüdischer Tradition stellen alle Worte, die sich an Gott richten – auch Wehklagen als Schreie aus dem Herzen, verursacht durch Schmerz oder Entmutigung, Zorn oder Entsetzen –, Lobpreis dar. Warum? Weil sie von jemandem kommen, der sich Gott als Quell allen Segens zuwendet, als der Grundlage aller Hoffnung. Die Leiden und Beschwerden des Lebens übersteigen so oft unse-

re Fähigkeit, sie zu begreifen oder eine Lösung zu finden. Wenn wir uns unserem Schöpfer in der Not zuwenden, tun wir das, weil wir anerkennen, dass nur Gott eine Situation verwandeln kann, die uns unmöglich zu ändern oder zu revidieren erscheint. Nach Ansicht der jüdischen Tradition stellt schon allein die Hinwendung zu Gott einen Akt der Verehrung dar, eine Bekräftigung des Glaubens und des Vertrauens, dass Gott uns erhören und für uns handeln wird, uns aus unserer Hilflosigkeit befreien und uns eine neue Richtung geben wird. Wenn wir jemanden bitten, etwas für uns zu tun, wozu wir selbst nicht imstande sind, dann ehren wir diese Person mit unserer Bitte; die Bitte um etwas Bedeutendes ist implizit ein Lobpreis für ihre Großherzigkeit. Deshalb bleibt es gleich, ob wir zu einem Gesang oder einem Klagelied anheben, ob wir die Wunder der Schöpfung loben oder eine lebensbedrohliche Situation beklagen – solche Gebete danken Gott, dem Quell allen Segens.

Ich habe den Psalter das »Gebetbuch der Bibel« genannt. Diese alten Gebete beschreiben jegliche Situationen, die man sich im Leben eines Menschen vorstellen kann – Situationen, die uns in den Erzählungen der Bibel begegnen, in Prosa- und in Gedichtform. Die Psalmen sind somit die Antworten auf diese Situationen. Sie sind die Lieder der Nation und des Einzelnen. Nach Auseinandersetzungen mit Feinden von außen oder persönlichen Widersachern sind sie ein Dank, der persönlich und gleichzeitig kollektiv zum Ausdruck kommt – für die Rückkehr in das Land, das schon verloren schien, für die Wiederherstellung des Friedens, der gebrochen wurde. Bestimmte Psalmen vereinen in sich die Weisheit der Ältesten; sie erklären, wie wir leben sollen, damit unser Leben gesegnet ist, oder warnen uns vor Gefahren, die auf unserem Weg lauern. Manche Psalmen haben Worte, die die Wunder der Schöpfung besingen, den unerklärlichen Rhythmus der Jahreszeiten, der über Wohl und Wehe entscheidet. Andere wiederum ziehen uns in das Drama menschlicher Erfahrung hinein – von List und Trug in potenziell tödlicher Lage bis hin zu Begebenheiten, die tiefe Dankbarkeit und grenzenlose Verehrung nach sich ziehen. Eine Möglichkeit, die schier grenzenlose Vielfalt des Psalters zu verstehen, besteht darin, darauf achtzugeben, wie die Psalmen in die Messe eingebunden sind. Jeder ersten Lesung beim Abendmahl schließt

sich ein Antwortpsalm an, ein Gebet, das darauf antwortet, was Gott uns durch die Worte der Schrift gesagt hat. Jedes Mal, wenn wir darauf hören, wie der Vorsänger oder Lektor den Text des Antwortpsalms singt bzw. liest, jedes Mal, wenn wir den Refrain singen oder rezitieren, werden wir in das Gebet des Gottesvolkes hineingezogen und bekennen dadurch unseren Glauben, der alles einschließt, von Wut und Bestürzung bis hin zu Freude und Dankbarkeit vor Gott – der Glaube, der uns in Zeit und Raum durch unzählige Generationen hindurch vereint.

Wir lernen aus den Psalmen die Sprache des Gebets, die seit Jahrhunderten charakteristisch ist, für Synagoge und Kirche gleichermaßen. Manchmal sind wir vielleicht überrascht oder gar schockiert über die verwendete Symbolik, die sich so stark davon unterscheidet, wie wir unsere eigene Erfahrung am Beginn des 21. Jahrhunderts ausdrücken würden. Aber wenn wir Kontext und Bedeutung dieser Metaphern untersuchen, können wir verstehen, wie sogar solche Bilder voller Gewalt und Feindseligkeit, Leid und Trauer zu uns in Form einer Dichtung sprechen können, die von der Schönheit des Glaubens und von Hoffnung erfüllt ist. Wenn der Psalmist beispielsweise sagt, dass Gott unsere Wege verfolgt und »unsere Tränen in einem Schlauch verwahrt« (Ps 56,9), dann berührt uns dieses Bild voller Zärtlichkeit – ja, Gott kennt jeden unserer Schritte, jede Träne der Trauer und Enttäuschung sammelt und verwahrt der Eine, dem so viel an uns liegt. Ein anderes Beispiel: Verstehen wir wahrhaftig die Worte des Psalmisten in demselben Psalm, die davon sprechen, »vor Gott« zu wandeln und sich am »Lichte der Lebenden« zu erfreuen (Vers 14)? Wenn wir eine Atempause bekommen nach einer Zeit großer Schwierigkeiten, dann bricht Licht durch die dunklen Wolken, und Gottes Gegenwart offenbart sich uns. Solche Bilder sprechen unsere eigene Reise durch das Leben an, in Zeiten, die uns bedrohen und vor Probleme stellen, uns aber auch aufheitern.

Ein weiteres Merkmal hebräischer Dichtung, das ungewohnt oder verwunderlich erscheinen mag, ist ihre charakteristische Rhetorik, die sich grundlegend von unserem heutigen Sprachgebrauch unterscheidet. Obwohl das Englische einen erstaunlich breiten und ausdrucksvollen

Wortschatz hat, weisen Wissenschaftler darauf hin, dass das Hebräisch der Bibel nur ca. 5000 Worte umfasst. Außerdem hatten die Menschen damals keinen Zugang zu der riesigen Menge an Texten, die uns heute zur Verfügung stehen. Das macht einen erheblichen Unterschied in der Art und Weise aus, in der ein biblischer Text wiedergegeben wird: damals merkten sich die Menschen Schlüsselbegriffe durch *Wiederholung* bestimmter Worte. Diese Worte lenken den Blick auf wichtige Themenbereiche und Motive. Durch die Wiederholungen schärfte der Psalmist denen, die die Texte verwendeten, genau ein, was davon sie sich merken sollten. Überdies wurden die Texte der Bibel vorwiegend mündlich verfasst und zusammengetragen; schriftlich fixierte Texte waren selten bis gar nicht vorhanden in dieser frühen Phase. Was dynamisch vermittelt und oft wiederholt wurde, behielten die Zuhörer leichter in ihren Herzen und Köpfen. Wiederholung richtet die Aufmerksamkeit auf eine Textstelle und verleiht ihrem Verlauf Kontinuität. Nicht selten ist ein Psalm so aufgebaut, dass er mit demselben Wort bzw. derselben Phrase beginnt und endet; eine derartige Inklusion lässt eine Schlüsselidee in der Vorstellung des Psalmisten erkennen. Manchmal wird der Psalmist einen Begriff in einem Wortspiel wiederholen, das die Aufmerksamkeit auf die Idee richtet und sie entwickelt. Wiederholung scheint in den Schriften der Bibel »genetisch veranlagt«; Beispiele dafür geben viele der Einführungen zu den einzelnen Psalmen.

Der Aufbau des Buchs der Psalmen

Das Buch der Psalmen ist in fünf kleinere Abschnitte oder Bücher im *Sepher Tehillim* oder »Buch der Lobpreisungen« unterteilt. Analog zur *Thora* (oder *Pentateuch*, wie wir sie nennen), hat das Buch der Psalmen die Aufteilung in fünf Bücher übernommen. Das Wort *thora* bedeutet »Anleitung«, somit ist der Pentateuch eine Anleitung für das Leben und die Erfahrung der Menschen in ihrer Begegnung mit Gott. Wir können die fünffache Unterteilung des Psalters als eine entsprechende »Anleitung im Gebet« betrachten. Die fünf Bücher lassen sich wie folgt einteilen:

- Buch 1: Psalm 1–41
- Buch 2: Psalm 42–72
- Buch 3: Psalm 73–89
- Buch 4: Psalm 90–106
- Buch 5: Psalm 107–150

Jedes Buch schließt mit einem charakteristischen Lobgesang – einem Ausdruck von Lobpreis und Segen an Gott. Einige haben vorgeschlagen, es so zu betrachten, dass die letzten Psalmen des Psalters (Ps 148–150) dem Buch der Psalmen insgesamt als ein großer Lobgesang dienen.

Im 19. und 20. Jahrhundert legten Bibelwissenschaftler eine Methode vor, die Psalmen im Hinblick darauf zu lesen, was sie die »literarischen Gattungen« des Psalters nannten. Ihre Funktion können wir uns durch eine Analogie erschließen: In unserer Zeit ist eine bestimmte Form beim Schreiben von Geschäftsbriefen weit verbreitet. Sie beinhaltet das Datum, Name und Adresse des Empfängers, Anrede und Begrüßung, worauf der Hauptteil des Briefes folgt, der wiederum mit abschließenden Grüßen und dem Namen und der Unterschrift des Absenders endet. Ein interner Vermerk wird eine andere Form haben, die jedoch ebenso leicht erkennbar ist. In biblischer Zeit wurden viele Texte, Erzählungen und Gedichte nach bestimmten literarischen Gattungen verfasst. Diese Gattungen kann man voneinander durch ein Muster bestimmter Textbestandteile oder -inhalte unterscheiden. Die nachfolgende Auflistung enthält die häufigsten literarischen Gattungen des Psalters und ordnet einige der erhaltenen Psalmen den entsprechenden Kategorien zu.

Der Lobgesang. Diese Psalmen folgen einem einfachen Muster, nach dem (a) am Anfang eine Einladung steht, Gott zu loben, gefolgt von (b) einer langen Liste von Gründen für die Verehrung. Der Psalm endet mit (c) einem letzten Aufruf zur Verehrung, in dem nicht selten die Worte oder Phrasen vom Anfang wiederhallen. Diese Art von Gesängen findet sich unter anderem in den Psalmen 8, 33, 66, 100, 104 und 150.

Das Klagelied des Einzelnen. Es bildet die größte Gruppe unter den literarischen Gattungen des Psalters. Die Klagelieder sprechen von mensch-

lichen Prüfungen und Leiderfahrungen des Psalmisten und rufen Gott um jene Hilfe an, die nur der Herr geben kann. Die Gattung weist die folgenden Kennzeichen auf: (a) Gott wird direkt angeredet, der Name des Herrn wird angerufen; (b) der Psalmist berichtet von den Schwierigkeiten, in denen er steckt; (c) die Bitte um göttlichen Beistand, in dem Wissen, dass menschliche Hilfe nicht ausreicht; darauf folgt oft (d) ein Ausdruck des Vertrauens auf Gottes Hilfe und Eingreifen; abschließend bringt er ebenso oft (e) seine Verehrung dafür zum Ausdruck, was Gott in der Vergangenheit getan hat, und, so hofft der Psalmist, jetzt tun wird. Bemerkenswert ist hierbei der Fortschritt von Klage und Bedrängnis hin zu Bekundungen des Glaubens und Vertrauens auf Gottes Handeln. Zu den deutlich erkennbaren Klageliedern des Einzelnen zählen die Psalmen 3, 7, 17, 22, 31, 51, 54, 55, 69, 88 und 130.

Klagelied des Volkes. Es gibt offensichtliche Ähnlichkeiten zwischen dem Klagelied des Einzelnen und dem des Volkes. Der Unterschied des einen zum anderen ergibt sich aus dem Zusammenhang mit der historischen Exilerfahrung des Volkes Israel: Besetzung durch Feinde von außen, Invasion, Verwüstung des Landes und der heiligen Stätten und ein bedenklicher Verlust von Hoffnung. Kollektive Klagelieder sind unter anderem die Psalmen 44, 74 und 79, die von der Zerstörung des Tempels erzählen, 77 und 80.

Dankpsalm. Gelehrte richten diese literarische Gattung auf das abschließende Kennzeichen des Klagelieds aus: ein Ausdruck von Dankbarkeit für das Eingreifen von Gottes rettender Hand, die den Psalmisten aus seiner Notlage befreit. Die Gattung weist die folgenden Kennzeichen auf: (a) ein Wort der Dankbarkeit an Gott; (b) ein Bericht über die Lage der Dinge, von denen der Psalmist befreit wurde; (c) eine Anerkennung der göttlichen Intervention, die dem Psalmisten Segen beschert hat; und (d) ein Aufruf, dass auch andere in die Beifallsbekundungen für die Befreiung des Psalmisten einstimmen. Den Dankpsalmen des Psalters gehören unter anderem die Psalmen 30, 57, 92, 116 und 138 an.

Vertrauenspsalmen. Im Gegensatz zu den vorherigen erkennen wir die Vertrauenspsalmen an ihrem Wortschatz und der Bildsprache im Text.

Diese Psalmen sind von besonderer spiritueller Bedeutung als Ausdruck von Vertrauen auf Gottes Güte und Handeln im Leben der Menschen: Sie können kühn oder zahm sein, eindringlich oder bedächtig. Zu den Vertrauenspsalmen zählen unter anderen die Psalmen 4, 16, 23, 62 und 91.

Königspsalmen oder *messianische Psalmen*. Der Inhalt dieser Psalmen beschränkt sich auf das Leben des Gesalbten, des Königs, samt Gebeten für sein Wohl, für Schutz und Erfolg auf dem Schlachtfeld, und kann sich auf königliche Zeremonien beziehen (Krönung, militärische Schauspiele oder Paraden, eine Hochzeit, königliche Adjudikation und so weiter). Unter diese Kategorie fallen unter anderem die Psalmen 2, 19, 20, 72, 89, 110 und 132.

Inthronisationspsalmen. Wie die Königspsalmen erkennen wir diese Gruppe von Psalmen anhand ihres Inhalts. Sie verkündigen die Herrschaft Gottes als dem allerhöchsten Herrn der Schöpfung und Jerusalem, die auserwählte Stadt göttlicher Ruhe, als Gottes Wohnstatt auf Erden. Die Texte künden von Gottes allumfassender Herrschaft über die Welt und alles in ihr. Die Psalmen 29, 46, 47, 93, 95–99 sind ausgewählte Zions- oder Inthronisationspsalmen.

Historische Psalmen. Mehrere Psalmen erzählen die Geschichte Israels in Gedichtform, heben dabei Gottes erlösende Taten hervor und bringen ihr Bedauern über das Unvermögen Israels zum Ausdruck, auf das Angebot göttlicher Liebe in Treue zu antworten. Zu ihnen gehören unter anderen die Psalmen 78, 105–107, 135 und 136.

Weisheitspsalmen. Die gesamte Bibel, einschließlich des Psalters, ist voller Sprichwörter. Mehrere Psalmen formulieren ähnlich prägnante Handlungsanweisungen und Verhaltensregeln, wie sie für das Buch der Sprichwörter und Jesus Sirach typisch sind. In diesen knapp gehaltenen, nüchternen Äußerungen ist ein Schatz spiritueller Weisheit enthalten, um gut und gesegnet im Einklang mit Gottes Gesetz und dem göttlichen Willen zu leben. Derlei Botschaften begegnen uns in den Psalmen 19, 25, 34, 37, 111, 112 und 119 (der längste Psalm des Psalters).

Dieser Katalog literarischer Gattungen erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Er ist vielmehr nur eine kurze Betrachtung über die verschiedenen Psalmarten, die durch die Formgeschichte bestimmt worden sind.

Für Anfänger

Manche Menschen tun sich schwer, die Psalmen zu lesen und zu beten. Sie äußern Bedenken oder sagen: »Die altertümliche Bildsprache ist für mich schwer verständlich. Die brutale Sprache an manchen Stellen beunruhigt mich. So eine Sprache benutzen wir heute nicht mehr. Diese Gebete sprechen meine persönliche Erfahrung als gläubiger Mensch nicht an. Von Christi neuem Gebot der Liebe finde ich nur wenig in diesen altertümlichen Gebeten. Ist der Glaube des Psalmisten denn nicht grundverschieden von meiner eigenen Erfahrung? Die Sprache der Psalmen ist mir zu subversiv.«

Dieses Buch versucht, all diesen Fragen und Bedenken nachzugehen, in dem Bemühen, jedem Einzelnen dabei zu helfen, die reiche Glaubens-tradition zu verstehen, die wir in den Psalmen entdecken können. Nicht ohne Grund hat die Kirche diese Gebete von frühester Zeit an geschätzt und verwendet sie noch bis heute in ihrer Liturgie. Jede Einführung zu den einzelnen Psalmen versucht, jene Elemente des Textes kurz anzusprechen, die dem Leser ungewohnt erscheinen könnten. Diese Abschnitte beschäftigen sich außerdem mit Fragen der Sprache und Symbolik, des literarischen Stils, des historischen Kontextes und der christlichen Verwendung der Psalmen.

All jenen, die das Buch der Psalmen in seinem vollen Umfang kennenlernen möchten, sei die nachfolgende Liste inhaltlicher Schwerpunkte ans Herz gelegt, die dabei helfen kann, Worte zu finden für unsere eigene Situation und unsere eigenen Gebetsanliegen. Es wird wohl kein einziger Psalm all das aussagen, was zu sagen ist in jedem Moment, aber bestimmte Zeilen im Psalter werden sich, wenn wir sie einmal entdeckt haben, als passend für so viele vertraute Situationen erweisen, dass wir sie für immer

in unserem Herzen tragen. Unser Glaube bekräftigt, dass die Psalmen wie die gesamte Schrift wahrhaftig vom Wort Gottes beseelt sind und somit auch seinen unverwechselbaren Charakter besitzen: Durch sie spricht Gott direkt zu uns, seinen geliebten Kindern.

- *Morgengebet*: Ps 3, 5, 63, 143
- *Abendgebet*: Ps 130, 141
- *Nachtgebet*: Ps 4, 91, 134
- *Lob Gottes*: Ps 8, 66, 104, 135, 136, 145, 148, 150
- *Dank an Gott*: Ps 30, 34, 92, 111, 116, 118, 138
- *Gebet für ein redliches Leben*: Ps 1, 15, 24, 37, 112
- *Gebet um Vergebung*: Ps 32, 51, 80, 86
- *Wunsch nach der Einheit mit Gott*: Ps 12, 27, 42, 63, 139
- *Die Vergänglichkeit des menschlichen Lebens*: Ps 39, 49, 73, 90
- *Klagelieder über die Kämpfe des Lebens*: Ps 22, 25, 31, 40, 90
- *Vertrauen auf Gott*: Ps 4, 16, 23, 25, 46, 131, 139
- *Loblieder auf den Messias*: Ps 2, 23, 45, 89, 110, 132
- *Gebet im hohen Alter*: Ps 71, 90, 139
- *Historische Psalmen*: Ps 78, 105, 106, 135, 136
- *Gebet in Zeiten der Gefahr*: Ps 7, 28, 35, 38, 54, 56, 140

Wenn wir die Psalmen jeden Tag als Quelle der Inspiration und als Gebet nutzen, dann verwenden wir exakt die gleichen Gebete, die Jesus als Kind lernte und die seine eigene Beziehung zu dem Einen, den er *Abba* nannte, so stark prägten. Manchem Leser werden die Symbolik und die Sprache anfangs vielleicht Schwierigkeiten bereiten. Aber Dichtersprache ist evokativ: Sie bringt uns dazu, die tiefgründigen Bedeutungen zu reflektieren, die diese Bilder und Metaphern durch die Jahrhunderte hindurch hatten und uns dargeboten werden. Diese Erfahrung hat die Macht, in uns das »Gebet des Herzens« hervorzubringen, das zutiefst befriedigend und bereichernd ist. Möge dies Ihnen gelingen!

Psalm 1:

Die zwei Wege

Der erste Psalm ist sowohl Gebet als auch Anleitung. In seiner Funktion als Eröffnungspsalme gibt er einen knappen Ausblick darauf, was folgen wird: eine Gebetssammlung, die uns eine Lebensweise im Einklang mit Gottes Gerechtigkeit und Rechtschaffenheit aufzeigt. Das Bild eines blühenden, fruchtbaren Baumes unterstreicht die Segnungen, die einem Leben beschieden sind, welches vollkommen in Gottes Wegen verwurzelt ist. Der Kirchenvater Augustinus meint, dass der Gerechte, von dem hier die Rede ist, Jesus Christus sei, der uns den Weg zu einer redlichen Lebensweise ebnet. Der heilige Hieronymus sagt, dass ebendieser Baum jeder Mann und jede Frau sei, die im Taufwasser gewaschen und dazu berufen sind, wie Jesus Christus zu sein. Außerdem müssen wir der Beschreibung der Frevler Beachtung schenken, wie sie hier zu lesen ist: Sie sind wie Spreu, die der Wind vor sich hertreibt. Sie werden letztlich zugrunde gehen, da ihnen die Verwurzelung im Wort Gottes fehlt. Die Apostelgeschichte berichtet vom christlichen Leben als »dem Weg«, dem Pfad, um das Evangelium nachzuleben (vgl. Apg 9,2; 18,25–26; 19,9; 23; 22,4; 24,14.22; Ps 1,6). Ein Christ erneuert jeden Tag die Versprechen, die er bei der Taufe gegeben hat, indem er dem Weg folgt. Psalm 1 gibt die Richtung für diesen täglichen Pfad vor. Der Apostel Paulus erweitert das Thema noch: »Ihr seid von Gott geliebt, seid seine auserwählten Heiligen. Darum bekleidet euch mit aufrichtigem Erbarmen, mit Güte, Demut, Milde, Geduld! Ertragt euch gegenseitig und vergebt einander, wenn einer dem andern etwas vorzuwerfen hat. Wie der Herr euch vergeben hat, so vergebt auch ihr! Vor allem aber liebt einander, denn die Liebe ist das Band, das alles zusammenhält und vollkommen macht« (Kol 3,12–14).

1

- 1 Selig der Mensch, der nicht dem Rat der Frevler folgt, /
der nicht betritt den Weg der Sünder,*
nicht sitzt im Kreise der Spötter,
- 2 der vielmehr seine Lust hat an der Weisung des HERRN,*
der bei Tag und bei Nacht über seine Weisung nachsinnt.
- 3 Er gleicht dem Baum, der an Wasserbächen gepflanzt ist, /
der zur rechten Zeit seine Frucht bringt*
und dessen Blätter nicht welken.

Was immer er tut,*
es wird ihm gelingen.
- 4 Nicht so die Frevler!*
Sie sind wie Spreu, die der Wind vor sich hertreibt.
- 5 Darum werden Frevler im Gericht nicht bestehen,*
noch Sünder in der Gemeinde der Gerechten.
- 6 Denn der HERR weiß um den Weg der Gerechten,*
aber der Weg der Frevler verliert sich.

Gerechter, redlicher Gott, belebe dein Wort in uns, damit es zu unserer ständigen Kraftquelle werde, zu unserer Lebensvision und Hoffnung auf Frieden. Mach uns zu einem Volk, das seinen Ursprung in deinem Wort hat, damit wir zu lebenden Worten werden, ähnlich unserem Herrn, Jesus Christus, der lebt und herrscht in Ewigkeit. Amen.

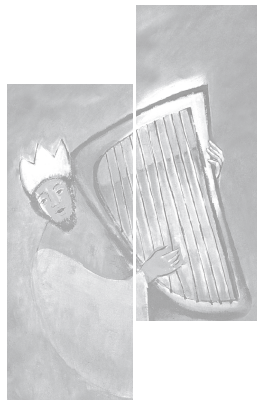
Psalm 2: Der Gesalbte Gottes

Wie Menschen, die sich das Alte und das Neue Testament zu eigen machen, lesen Christen Psalm 2 auf zwei Ebenen: in seinem historischen Umfeld, also den Berichten von David und seinen Nachfahren, als auch erfüllt in der Person Jesu, Sohn Davids, Sohn Gottes, der Messias. Historisch gesehen war dieser Psalm ein Gebet zum Schutz des davidischen Königs angesichts der Bedrohung durch fremde Herrscher. Der Psalm ist als Warnung an jene Herrscher zu verstehen: So wie sich der Weg der Frevler verliert (Ps 1,6), werden die verlorengehen, die versuchen, Gottes Gesalbten zu verhindern (Ps 2,12). Der Psalm bestätigt die davidische Linie als die Auserwählten Gottes, die über sein Volk herrschen sollen. Die Autoren des Neuen Testaments verstanden diesen Psalm als Prophezeiung, die die Ankunft Jesu als Gottes Gesalbtem ankündigt. Der Brief an die Hebräer, der sich auf Texte des Alten Testaments bezieht, um die Göttlichkeit Jesu nachzuweisen, zitiert Psalm 2,7: »Denn zu welchem Engel hat er jemals gesagt: Mein Sohn bist du, heute habe ich dich gezeugt?« (Hebr 1,5). Die Psalmen 1 und 2 sind so zu verstehen, dass sie direkt hintereinander zu lesen sind: Es fällt auf, dass Psalm 1 mit »selig« beginnt, während Psalm 2 mit »selig« im letzten Vers endet. »Doch jetzt, Herr, sieh auf ihre Drohungen und gib deinen Knechten die Kraft, mit allem Freimut dein Wort zu verkünden. Streck deine Hand aus, damit Heilungen und Zeichen und Wunder geschehen durch den Namen deines heiligen Knechtes Jesus« (Offb 4,29–30).

2

- 1 Was toben die Völker?★
Was sinnen die Nationen nichtige Pläne?
- 2 Die Könige der Erde stehen auf, /
die Mächtigen tun sich zusammen★
gegen den HERRN und seinen Gesalbten:
- 3 »Wir wollen ihre Fesseln zerreißen★
und von uns werfen ihre Stricke!«
- 4 Der im Himmel thront – er lacht,★
es spottet ihrer der Herr.
- 5 Dann spricht er zu ihnen in seinem Zorn,★
er schreckt sie auf in seinem Grimm:
- 6 »Ich selber habe meinen König eingesetzt★
auf Zion, meinem heiligen Berg.«
- 7 Verkünden will ich den Beschluss des HERRN. /
Er sprach zu mir: »Du bist mein Sohn.★
Ich selber habe dich heute gezeugt.
- 8 Fordre von mir, und ich gebe dir die Völker zum Erbe,★
zum Eigentum die Enden der Erde.
- 9 Du wirst sie zerschlagen mit eisernem Zepter,★
wie Töpfergeschirr sie zerschmettern!«
- 10 So nehmt nun Einsicht an, ihr Könige,★
lasst euch warnen, ihr Richter der Erde!
- 11 Dient dem HERRN in Furcht, /
frohlockt ihm mit Beben,★
- 12 – küsset den Sohn –
damit er nicht zürnt,★
und ihr nicht verlorenght auf eurem Weg.
- Denn wenig nur, und sein Zorn ist entbrannt.★
Selig alle, die bei ihm sich bergen!

Jesus Christus, Sohn Davids, Sohn Gottes, Heiliger und Gesalbter,
wir anerkennen deine Herrschaft über die gesamte Schöpfung und
über alle Völker, die ihr Vertrauen in dich setzen. Dass du deinem Vater
durch die Erfüllung seines Willens dienstest und ebenso das Pascha-Mysterium
erfülltest, gib uns das Vertrauen, dir in treuer Weise zu folgen. Mögen wir
eines Tages mit dir Ruhm und Herrlichkeit erlangen, in deinem Königreich,
wo du lebst und herrschst, in Ewigkeit. Amen.



Psalm 3: Ich fürchte mich nicht

Seit Jahrhunderten wird dieser Psalm jeden Tag von Mönchen und Nonnen gebetet, die sich im Dunkel der Nacht erheben, um das Nachtgebet oder die Vigilien zu feiern. Die Worte im 6. Vers, »Ich legte mich nieder und schlief – ich wachte auf« machen ihn zu einem perfekten Psalm, um jeden neuen Tag in Gottes Barmherzigkeit zu beginnen. Beim Lesen fällt auf, dass sich der Psalmist von Menschen umgeben sieht, die gegen ihn aufstehen, um ihm zu schaden. Und dennoch ist sein Ausdruck der Furcht durchsetzt mit Gottvertrauen: »Du aber, Herr, bist ein Schild für mich« (Vers 4); »da gab er mir Antwort« (V. 5); »der Herr ist mir Stütze« (V. 6); »beim Herrn ist die Rettung« (V. 9). Diese Art Vertrauen in Gottes allgegenwärtige Fürsorge und Schutz wird Wort in der am häufigsten verwendeten Aufforderung Jesu im Neuen Testament: »Fürchtet euch nicht!« Wir alle müssen uns schwierigen Situationen stellen, die sich in unser Leben einflechten und sich auch wieder lösen; einige stellen größere Herausforderungen dar, andere sind weniger problematisch. Aber unabhängig von ihrer Schwere gibt uns beharrliches Beten im Vertrauen und in Zuversicht die Kraft, die Lehre des Evangeliums redlich zu leben. Wir können uns ein Echo dieses Psalms im Geist Jesu nach Tod und Auferstehung vorstellen: »Ich legte mich nieder und schlief – ich wachte auf, denn der Herr ist mir Stütze« (V. 6).

3

EIN DAVIDSPSALM.

ALS ER VOR SEINEM SOHN ABSCHALOM FLOH.

- 2 O HERR, wie sind meine Bedränger so viele,*
wie viele sind es, die gegen mich aufstehn!
- 3 Viele sind es, die von mir sagen:*
»Bei Gott ist für ihn keine Rettung.«
- 4 Du aber, HERR, bist ein Schild für mich,*
du erhebst mir das Haupt, du bist meine Ehre.
- 5 Laut habe ich zum HERRN gerufen,*
da gab er mir Antwort von seinem heiligen Berge.
- 6 Ich legte mich nieder und schlief, –*
ich wachte auf, denn der HERR ist mir Stütze.
- 7 Viele Tausende von Kriegern fürchte ich nicht,*
wenn sie mich ringsum belagern.
- 8 O HERR, steh auf!*
Mein Gott, bring mir Rettung!
Denn all meinen Feinden hast du den Kiefer zerschlagen,*
die Zähne der Frevler hast du zerbrochen.
- 9 Beim HERRN ist die Rettung.*
Auf dein Volk kommt dein Segen!

Herr unseres Heils, du bewachst und schützt uns auf unserer Reise durch das Leben. Angesichts der Herausforderungen unseres Lebens, der Versuchungen zu sündigen und unserer Ängste weise uns den Weg zum Frieden durch immer größeres Vertrauen in deine treue Barmherzigkeit und deine gütige Fürsorge. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn. Amen.

Psalm 4: Sorglos wohnen

Wenn der vorherige Psalm wie gemacht ist für den frühen Morgen, so eignet sich Psalm 4 für das Gebet in der Nacht. Die Kirche verwendet ihn seit Langem in der Komplet, dem Nachtgebet und letzten Stundengebet des Tages. Jene, die es beten, beenden den Tag so mit einem Ausdruck des Vertrauens in die göttliche Vorsehung. Obwohl wir im 4. Psalm einige Elemente eines Klageliedes finden, fällt auf, dass die Worte Zuversicht und Vertrauen in Gottes schicksalhafte Fürsorge ausdrücken. Der Psalmist bestätigt seine Überzeugung, dass der Herr für uns und unsere Bedürfnisse sorgt, wenn wir ein gerechtes Opfer darbringen und auf ihn unser Vertrauen setzen (V. 6b). Wir hören diesen Psalm als Widerhall in Jesu eigenen Worten der Bergpredigt. Darin erinnert er seine Jünger daran, dass Gott für die kleinen Geschöpfe in einer Weise sorgt, dass wir seiner Sorge für uns gewiss sein können: »Seht euch die Vögel des Himmels an: Sie säen nicht, sie ernten nicht und sammeln keine Vorräte in Scheunen; euer himmlischer Vater ernährt sie. Seid ihr nicht viel mehr wert als sie?« (Mt 6,26). Wie der Psalmist können auch wir mit Fug und Recht behaupten, allen Grund zur Hoffnung zu haben.

4

DEM MUSIKMEISTER. MIT SAITENSPIEL.
EIN DAVIDSPSALM.

- 2 Wenn ich rufe, gib mir Antwort,*
du Gott, der für mich Recht schafft.

Du hast mir Raum geschaffen in der Bedrängnis,*
sei mir gnädig und höre mein Beten!
- 3 Ihr Mächtigen, wie lange noch schmäht ihr meine Ehre,*
wie lang liebt ihr das Nichtige und sucht die Lüge?
- 4 Erkennt: Den Treuen hat der HERR sich auserwählt.*
Der HERR – er hört es, wenn ich zu ihm rufe.
- 5 Erschreckt und lasst die Sünde!*
Bedenkt es auf eurem Lager und werdet stille!
- 6 Bringet rechte Opfer dar,*
auf den HERRN setzt euer Vertrauen!
- 7 Viele sind es, die sagen: /
»Wer lässt uns Gutes erfahren?«
Über uns, o HERR, erhebe dein leuchtendes Antlitz!«
- 8 Du hast mir weit größere Freude ins Herz gelegt,*
als jene sie haben bei Korn und Wein in Fülle.
- 9 In Frieden leg ich mich nieder und schlafe;*
denn du allein, HERR, lässt mich sorglos wohnen.

Herr Jesus Christus, vom Psalmisten vorhergesehen als der Getreue Gottes,
lehre uns den Weg echten Vertrauens gemäß deinem neuen Gesetz der Liebe.
So wie wir wachsen auf den Wegen der Hoffnung und des Vertrauens, so möge
deine Liebe in uns immer stärker werden, bis auch wir mit Zuversicht beten:

»Du allein, o Herr, Sorge dafür, dass wir in Frieden und Sicherheit wohnen.«

In deinem heiligen Namen beten wir. Amen.