Ein Brevier für CBM

zusammengestellt von

Abt Burkhard Ellegast

Ein „Brevier“ für CBM

1. Woche

Sonntag:

Psalm 93

Ant: Ich bin das Alpha und das Omega, /
der Allherrscher, der ist und der war und der kommen wird.

Der Herr ist König, bekleidet mit Hoheit; /
der Herr hat sich bekleidet und mit Macht umgürtet.
Der Erdkreis ist fest gegründet, /
nie wird er wanken.
Dein Thron steht fest von Anbeginn, /
du bist seit Ewigkeit.
Fluten erheben sich, Herr, /
Fluten erheben ihr Brausen, Fluten erheben ihr Tosen.
Gewaltiger als das Tosen vieler Wasser, /
gewaltiger als die Brandung des Meeres /
ist der Herr in der Höhe.
Deine Gesetze sind fest und verläßlich; /
Herr, deinem Haus gebührt Heiligkeit für alle Zeiten.

Ant: Ich bin das Alpha und das Omega, /
der Allherrscher, der ist und der war und der kommen wird.

Psalm 118

Ant: Ich danke dir, Herr, /
denn du hast mich erhört. Halleluja.

Danket dem Herrn, denn er ist gütig, /
denn seine Huld währt ewig.
So soll Israel sagen: /
Denn seine Huld währt ewig.
So soll das Haus Aaron sagen: /
Denn seine Huld währt ewig.
So sollen alle sagen, die den Herrn fürchten und ehren: /

Denn seine Huld währt ewig.
In der Bedrängnis rief ich zum Herrn; /
der Herr hat mich erhört und mich frei gemacht.
Der Herr ist bei mir, ich fürchte mich nicht. /
Was können Menschen mir antun?
Der Herr ist bei mir, er ist mein Helfer; /
ich aber schaue auf meine Hasser herab.
Besser, sich zu bergen beim Herrn, /
als auf Menschen zu bauen.
Besser, sich zu bergen beim Herrn, /
als auf Fürsten zu bauen.
Alle Völker umringen mich; /
ich wehre sie ab im Namen des Herrn.
Sie umringen, ja, sie umringen mich; /
ich wehre sie ab im Namen des Herrn.
Sie umschwirren mich wie Bienen, /
wie ein Strohfeuer verlöschen sie; /
ich wehre sie ab im Namen des Herrn.
Sie stießen mich hart, sie wollten mich stürzen; /
der Herr aber hat mir geholfen.
Meine Stärke und mein Lied ist der Herr; /
er ist für mich zum Retter geworden.
Frohlocken und Jubel erschallt in den Zelten der Gerechten: /
«Die Rechte des Herrn wirkt mit Macht!
Die Rechte des Herrn ist erhoben, /
die Rechte des Herrn wirkt mit Macht!»
Ich werde nicht sterben, sondern leben, /
um die Taten des Herrn zu verkünden.
Der Herr hat mich hart gezüchtigt, /
doch er hat mich nicht dem Tod übergeben.
Öffnet mir die Tore zur Gerechtigkeit, /
damit ich eintrete, um dem Herrn zu danken.
Das ist das Tor zum Herrn, /
nur Gerechte treten hier ein.
Ich danke dir, daß du mich erhört hast; /
du bist für mich zum Retter geworden.
Der Stein, den die Bauleute verwarfen, /
er ist zum Eckstein geworden.
Das hat der Herr vollbracht, /
vor unseren Augen geschah dieses Wunder.
Dies ist der Tag, den der Herr gemacht hat; /
wir wollen jubeln und uns an ihm freuen.
Ach, Herr, bring doch Hilfe! /
Ach, Herr, gib doch Gelingen!
Gesegnet sei er, der kommt im Namen des Herrn. /
Wir segnen euch, vom Haus des Herrn her.
Gott, der Herr, erleuchte uns.
Mit Zweigen in den Händen /
schließt euch zusammen zum Reigen, /
bis zu den Hörnern des Altars!
Du bist mein Gott, dir will ich danken; /
mein Gott, dich will ich rühmen.
Danket dem Herrn, denn er ist gütig, /

denn seine Huld währt ewig.

Ant: Ich danke dir, Herr, /
denn du hast mich erhört. Halleluja.

Montag:

Psalm 100

Ant: Ich bin die Tür zum Leben. /
Wer durch mich eintritt, wird gerettet werden.

Jauchzt vor dem Herrn, alle Länder der Erde! /
Dient dem Herrn mit Freude! /
Kommt vor sein Antlitz mit Jubel!
Erkennt: Der Herr allein ist Gott. /
Er hat uns geschaffen, wir sind sein Eigentum, /
sein Volk und die Herde seiner Weide.
Tretet mit Dank durch seine Tore ein! /
Kommt mit Lobgesang in die Vorhöfe seines Tempels! /
Dankt ihm, preist seinen Namen!
Denn der Herr ist gütig, /
ewig währt seine Huld, /
von Geschlecht zu Geschlecht seine Treue.

Ant: Ich bin die Tür zum Leben. /
Wer durch mich eintritt, wird gerettet werden.

Psalm 63

Ant: Wer dürstet, /
dem wird das Wasser des Lebens geschenkt.

Gott, du mein Gott, dich suche ich, /
meine Seele dürstet nach dir.
Nach dir schmachtet mein Leib /
wie dürres, lechzendes Land ohne Wasser.
Darum halte ich Ausschau nach dir im Heiligtum, /
um deine Macht und Herrlichkeit zu sehen.
Denn deine Huld ist besser als das Leben; /
darum preisen dich meine Lippen.
Ich will dich rühmen mein Leben lang, /
in deinem Namen die Hände erheben.
Wie an Fett und Mark wird satt meine Seele, /
mit jubelnden Lippen soll mein Mund dich preisen.
Ich denke an dich auf nächtlichem Lager /

und sinne über dich nach, wenn ich wache.
Ja, du wurdest meine Hilfe; /
jubeln kann ich im Schatten deiner Flügel.
Meine Seele hängt an dir, /
deine rechte Hand hält mich fest.
Viele trachten mir ohne Grund nach dem Leben, /
aber sie müssen hinabfahren in die Tiefen der Erde.
Man gibt sie der Gewalt des Schwertes preis, /
sie werden eine Beute der Schakale.
Der König aber freue sich an Gott. /
Wer bei ihm schwört, darf sich rühmen. /
Doch allen Lügnern wird der Mund verschlossen.

Ant: Wer dürstet, /
dem wird das Wasser des Lebens geschenkt.

Dienstag:

Psalm 98

Ant: Gott ist König, der Herrscher des Alls; /
lasst uns jubeln und ihm Ehre erweisen.

Singet dem Herrn ein neues Lied; /
denn er hat wunderbare Taten vollbracht.
Er hat mit seiner Rechten geholfen /
und mit seinem heiligen Arm.
Der Herr hat sein Heil bekannt gemacht /
und sein gerechtes Wirken enthüllt vor den Augen der Völker.
Er dachte an seine Huld /
und an seine Treue zum Hause Israel.
Alle Enden der Erde /
sahen das Heil unsres Gottes.
Jauchzt vor dem Herrn, alle Länder der Erde, /
freut euch, jubelt und singt!
Spielt dem Herrn auf der Harfe, /
auf der Harfe zu lautem Gesang!
Zum Schall der Trompeten und Hörner /
jauchzt vor dem Herrn, dem König!
Es brause das Meer und alles, was es erfüllt, /
der Erdkreis und seine Bewohner.
In die Hände klatschen sollen die Ströme, /
die Berge sollen jubeln im Chor
vor dem Herrn, wenn er kommt, /
um die Erde zu richten.
Er richtet den Erdkreis gerecht, /

die Nationen so, wie es recht ist.

Ant: Gott ist König, der Herrscher des Alls; /
lasst uns jubeln und ihm Ehre erweisen.

Psalm 42/43

Ant: Meine Seele harre auf Gott; /
ich werde ihm noch danken.

Wie der Hirsch lechzt nach frischem Wasser, /
so lechzt meine Seele, Gott, nach dir.
Meine Seele dürstet nach Gott, /
nach dem lebendigen Gott.
Wann darf ich kommen /
und Gottes Antlitz schauen?
Tränen waren mein Brot bei Tag und bei Nacht; /
denn man sagt zu mir den ganzen Tag: «Wo ist nun dein Gott?»
Das Herz geht mir über, wenn ich daran denke: /
wie ich zum Haus Gottes zog in festlicher Schar, /
mit Jubel und Dank in feiernder Menge.
Meine Seele, warum bist du betrübt /
und bist so unruhig in mir?
Harre auf Gott; denn ich werde ihm noch danken, /
meinem Gott und Retter, auf den ich schaue.
Betrübt ist meine Seele in mir, darum denke ich an dich /
im Jordanland, am Hermon, am Mizar-Berg.
Flut ruft der Flut zu beim Tosen deiner Wasser, /
all deine Wellen und Wogen gehen über mich hin.
Bei Tag schenke der Herr seine Huld; /
ich singe ihm nachts und flehe zum Gott meines Lebens.
Ich sage zu Gott, meinem Fels: /
«Warum hast du mich vergessen?
Warum muß ich trauernd umhergehen, /
von meinem Feind bedrängt?»
Wie ein Stechen in meinen Gliedern /
ist für mich der Hohn der Bedränger;
denn sie rufen mir ständig zu: /
«Wo ist nun dein Gott?»
Meine Seele, warum bist du betrübt /
und bist so unruhig in mir?
Harre auf Gott; denn ich werde ihm noch danken, /
meinem Gott und Retter, auf den ich schaue.

Verschaff mir Recht, o Gott, /
und führe meine Sache gegen ein treuloses Volk! /
Rette mich vor bösen und tückischen Menschen!
Denn du bist mein starker Gott. /
Warum hast Du mich verstoßen?
Warum muß ich trauernd umhergehen,
von meinem Feind bedrängt?
Sende dein Licht und deine Wahrheit, /

damit sie mich leiten;
sie sollen mich führen zu deinem heiligen Berg/
und zu deiner Wohnung.
So will ich zum Altar Gottes treten, zum Gott meiner Freude. /
Jauchzend will ich dich auf der Harfe loben, Gott, mein Gott.
Meine Seele, warum bist du betrübt /
und bist so unruhig in mir?
Harre auf Gott; denn ich werde ihm noch danken, /
meinem Gott und Retter, auf den ich schaue.

Ant: Meine Seele harre auf Gott; /
ich werde ihm noch danken.

Mittwoch:

Psalm 46

Ant: Mit uns ist der Herr der Heerscharen, /
der Gott Jakobs ist unsere Burg.

Gott ist uns Zuflucht und Stärke, /
ein bewährter Helfer in allen Nöten.
Darum fürchten wir uns nicht, wenn die Erde auch wankt, /
wenn Berge stürzen in die Tiefe des Meeres,
wenn seine Wasserwogen tosen und schäumen /
und vor seinem Ungestüm die Berge erzittern.
Der Herr der Heerscharen ist mit uns, /
der Gott Jakobs ist unsre Burg.
Die Wasser eines Stromes erquicken die Gottesstadt, /
des Höchsten heilige Wohnung.
Gott ist in ihrer Mitte, darum wird sie niemals wanken; /
Gott hilft ihr, wenn der Morgen anbricht.
Völker toben, Reiche wanken, /
es dröhnt sein Donner, da zerschmilzt die Erde.
Der Herr der Heerscharen ist mit uns, /
der Gott Jakobs ist unsre Burg.
Kommt und schaut die Taten des Herrn, /
der Furchtbares vollbringt auf der Erde.
Er setzt den Kriegen ein Ende /
bis an die Grenzen der Erde;
er zerbricht die Bogen, zerschlägt die Lanzen,
im Feuer verbrennt er die Schilde.
«Laßt ab und erkennt, daß ich Gott bin, /
erhaben über die Völker, erhaben auf Erden.»
Der Herr der Heerscharen ist mit uns, /
der Gott Jakobs ist unsre Burg.

Ant: Mit uns ist der Herr der Heerscharen, /
der Gott Jakobs ist unsere Burg.

Psalm 149

Ant: Die Kinder Zions sollen über ihren König jauchzen, /
ihm spielen auf Pauken und Harfen, Halleluja.

Halleluja! Sing't dem Herrn ein neues Lied! /
Sein Lob erschalle in der Gemeinde der Frommen.
Israel soll sich über seinen Schöpfer freuen, /
die Kinder Zions über ihren König jauchzen.
Seinen Namen sollen sie loben beim Reigentanz, /
ihm spielen auf Pauken und Harfen.
Der Herr hat an seinem Volk Gefallen, /
die Gebeugten krönt er mit Sieg.
In festlichem Glanz sollen die Frommen frohlocken, /
auf ihren Lagern jauchzen:
Loblieder auf Gott in ihrem Mund, /
ein zweischneidiges Schwert in der Hand,
um die Vergeltung zu vollziehn an den Völkern, /
an den Nationen das Strafgericht,
um ihre Könige mit Fesseln zu binden, /
ihre Fürsten mit eisernen Ketten,
um Gericht über sie zu halten, so wie geschrieben steht. /
Herrlich ist das für all seine Frommen. Halleluja!

Ant: Die Kinder Zions sollen über ihren König jauchzen, /
ihm spielen auf Pauken und Harfen, Halleluja.

Donnerstag:

Psalm 148

Ant: Groß und wunderbar sind deine Werke; /
alle Völker werden kommen und niederfallen vor dir.

Halleluja! Lobet den Herrn vom Himmel her, /
lobt ihn in den Höhen:
Lobt ihn, all seine Engel, /
lobt ihn, all seine Scharen;
lobt ihn, Sonne und Mond, /
lobt ihn, all ihr leuchtenden Sterne;
lobt ihn, alle Himmel /
und ihr Wasser über dem Himmel!
Loben sollen sie den Namen des Herrn; /

denn er gebot, und sie waren erschaffen.
Er stellte sie hin für immer und ewig, /
er gab ihnen ein Gesetz, das sie nicht übertreten.
Lobet den Herrn, ihr auf der Erde, /
ihr Seeungeheuer und all ihr Tiefen,
Feuer und Hagel, Schnee und Nebel, /
du Sturmwind, der sein Wort vollzieht,
ihr Berge und all ihr Hügel, /
ihr Fruchtbäume und alle Zedern,
ihr wilden Tiere und alles Vieh, /
Kriechtiere und gefiederte Vögel,
ihr Könige der Erde und alle Völker, /
ihr Fürsten und alle Richter auf Erden,
ihr jungen Männer und auch ihr Mädchen, /
ihr Alten mit den Jungen!
Loben sollen sie den Namen des Herrn; /
denn sein Name allein ist erhaben, /
seine Hoheit strahlt über Erde und Himmel.
Seinem Volk verleiht er Macht, /
das ist ein Ruhm für all seine Frommen, /
für Israels Kinder, das Volk, das ihm nahen darf. /
Halleluja!

Ant: Groß und wunderbar sind deine Werke; /
alle Völker werden kommen und niederfallen vor dir.

Psalm 23

Ant: Ich fürchte kein Unheil, /
denn du bist bei mir.

Der Herr ist mein Hirte, /
nichts wird mir fehlen.
Er läßt mich lagern auf grünen Auen /
und führt mich zum Ruheplatz am Wasser.
Er stillt mein Verlangen; /
er leitet mich auf rechten Pfaden, treu seinem Namen.
Muß ich auch wandern in finsterer Schlucht, /
ich fürchte kein Unheil;
denn du bist bei mir, /
dein Stock und dein Stab geben mir Zuversicht.
Du deckst mir den Tisch /
vor den Augen meiner Feinde.
Du salbst mein Haupt mit Öl, /
du füllst mir reichlich den Becher.
Lauter Güte und Huld werden mir folgen mein Leben lang, /
und im Haus des Herrn darf ich wohnen für lange Zeit.

Ant: Ich fürchte kein Unheil, /
denn du bist bei mir.

Freitag:

Psalm 8

Ant: Wie gewaltig ist dein Name, Herr, /
auf der ganzen Erde.

Herr, unser Herrscher, /
wie gewaltig ist dein Name auf der ganzen Erde; /
über den Himmel breitest du deine Hoheit aus.
Aus dem Mund der Kinder und Säuglinge schaffst du dir Lob, /
deinen Gegnern zum Trotz; /
deine Feinde und Widersacher müssen verstummen.
Seh' ich den Himmel, das Werk deiner Finger, /
Mond und Sterne, die du befestigt:
Was ist der Mensch, dass du an ihn denkst, /
des Menschen Kind, dass du dich seiner annimmst?
Du hast ihn nur wenig geringer gemacht als Gott, /
hast ihn mit Herrlichkeit und Ehre gekrönt.
Du hast ihn als Herrscher eingesetzt über das Werk deiner Hände, /
hast ihm alles zu Füßen gelegt:
All die Schafe, Ziegen und Rinder /
und auch die wilden Tiere,
die Vögel des Himmels und die Fische im Meer, /
alles, was auf den Pfaden der Meere dahinzieht.
Herr, unser Herrscher, /
wie gewaltig ist dein Name auf der ganzen Erde!

Ant: Wie gewaltig ist dein Name, Herr, /
auf der ganzen Erde.

Psalm 22

Ant: Herr, halte dich nicht fern! /
Du, meine Stärke, eile mir zu Hilfe.

Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen, /
bist fern meinem Schreien, den Worten meiner Klage?
Mein Gott, ich rufe bei Tag, doch du gibst keine Antwort; /
ich rufe bei Nacht und finde doch keine Ruhe.
Aber du bist heilig, /
du thronst über dem Lobpreis Israels.
Dir haben unsre Väter vertraut, /
sie haben vertraut, und du hast sie gerettet.
Zu dir riefen sie und wurden befreit, /
dir vertrauten sie und wurden nicht zuschanden.
Ich aber bin ein Wurm und kein Mensch, /

der Leute Spott, vom Volk verachtet.
Alle, die mich sehen, verlachen mich, /
verziehen die Lippen, schütteln den Kopf:
«Er wälze die Last auf den Herrn, /
der soll ihn befreien!
Der reiße ihn heraus, /
wenn er an ihm Gefallen hat.»
Du bist es, der mich aus dem Schoß meiner Mutter zog, /
mich barg an der Brust der Mutter.
Von Geburt an bin ich geworfen auf dich, /
vom Mutterleib an bist du mein Gott.
Sei mir nicht fern, denn die Not ist nahe, /
und niemand ist da, der hilft.
Viele Stiere umgeben mich, /
Büffel von Baschan umringen mich.
Sie sperren gegen mich ihren Rachen auf, /
reißende, brüllende Löwen.
Ich bin hingeschüttet wie Wasser, /
gelöst haben sich all meine Glieder. /
Mein Herz ist in meinem Leib wie Wachs zerflossen.
Meine Kehle ist trocken wie eine Scherbe, /
die Zunge klebt mir am Gaumen, /
du legst mich in den Staub des Todes.
Viele Hunde umlagern mich, /
eine Rotte von Bösen umkreist mich. /
Sie durchbohren mir Hände und Füße.
Man kann all meine Knochen zählen; /
sie gaffen und weiden sich an mir.
Sie verteilen unter sich meine Kleider /
und werfen das Los um mein Gewand.
Du aber, Herr, halte dich nicht fern! /
Du, meine Stärke, eil mir zu Hilfe!
Entreiße mein Leben dem Schwert, /
mein einziges Gut aus der Gewalt der Hunde!
Rette mich vor dem Rachen des Löwen, /
vor den Hörnern der Büffel rette mich Armen!
Ich will deinen Namen meinen Brüdern verkünden, /
inmitten der Gemeinde dich preisen.
Die ihr den Herrn fürchtet, preist ihn, /
ihr alle vom Stamm Jakobs, rühmt ihn; /
erschauert alle vor ihm, ihr Nachkommen Israels!
Denn er hat nicht verachtet, /
nicht verabscheut das Elend des Armen.
Er verbirgt sein Gesicht nicht vor ihm; /
er hat auf sein Schreien gehört.
Deine Treue preise ich in großer Gemeinde; /
ich erfülle meine Gelübde vor denen, die Gott fürchten.
Die Armen sollen essen und sich sättigen; /
den Herrn sollen preisen, die ihn suchen. /
Aufleben soll euer Herz für immer.
Alle Enden der Erde sollen daran denken /
und werden umkehren zum Herrn: /
Vor ihm werfen sich alle Stämme der Völker nieder.

Denn der Herr regiert als König; /
er herrscht über die Völker.
Vor ihm allein sollen niederfallen die Mächtigen der Erde, /
vor ihm sich alle niederwerfen, die in der Erde ruhen.
[Meine Seele, sie lebt für ihn; /
mein Stamm wird ihm dienen.]
Vom Herrn wird man dem künftigen Geschlecht erzählen, /
seine Heilstat verkündet man dem kommenden Volk; /
denn er hat das Werk getan.

Ant: Herr, halte dich nicht fern! /
Du, meine Stärke, eile mir zu Hilfe.

Samstag:

Psalm 150

Ant: Lobt Gott in seinem Heiligtum, /
lobt ihn für seine großen Taten, Halleluja.

Halleluja! Lobet Gott in seinem Heiligtum, /
lobt ihn in seiner mächtigen Feste!
Lobt ihn für seine großen Taten, /
lobt ihn in seiner gewaltigen Größe!
Lobt ihn mit dem Schall der Hörner, /
lobt ihn mit Harfe und Zither!
Lobt ihn mit Pauken und Tanz, /
lobt ihn mit Flöten und Saitenspiel!
Lobt ihn mit hellen Zimbeln, /
lobt ihn mit klingenden Zimbeln!
Alles, was atmet, /
lobe den Herrn! /
Halleluja!

Ant: Lobt Gott in seinem Heiligtum, /
lobt ihn für seine großen Taten, Halleluja.

Psalm 51

Ant: Ein reines Herz erschaffe mir, oh Gott /
und gib mir einen neuen, beständigen Geist.

Gott, sei mir gnädig nach deiner Huld, /
tilge meine Frevel nach deinem reichen Erbarmen!
Wasch meine Schuld von mir ab, /
und mach mich rein von meiner Sünde!

Denn ich erkenne meine bösen Taten, /
meine Sünde steht mir immer vor Augen.
Gegen dich allein habe ich gesündigt, /
ich habe getan, was dir mißfällt.
So behältst du recht mit deinem Urteil, /
rein stehst du da als Richter.
Denn ich bin in Schuld geboren; /
in Sünde hat mich meine Mutter empfangen.
Lauterer Sinn im Verborgenen gefällt dir, /
im Geheimen lehrst du mich Weisheit.
Entsündige mich mit Ysop, dann werde ich rein; /
wasche mich, dann werde ich weißer als Schnee.
Sättige mich mit Entzücken und Freude! /
Jubeln sollen die Glieder, die du zerschlagen hast.
Verbirg dein Gesicht vor meinen Sünden, /
tilge all meine Frevel!
Erschaffe mir, Gott, ein reines Herz, /
und gib mir einen neuen, beständigen Geist!
Verwirf mich nicht von deinem Angesicht, /
und nimm deinen heiligen Geist nicht von mir!
Mach mich wieder froh mit deinem Heil; /
mit einem willigen Geist rüste mich aus!
Dann lehre ich Abtrünnige deine Wege, /
und die Sünder kehren um zu dir.
Befrei mich von Blutschuld, Herr, du Gott meines Heiles, /
dann wird meine Zunge jubeln über deine Gerechtigkeit.
Herr, öffne mir die Lippen, /
und mein Mund wird deinen Ruhm verkünden.
Schlachtopfer willst du nicht, ich würde sie dir geben; /
an Brandopfern hast du kein Gefallen.
Das Opfer, das Gott gefällt, ist ein zerknirschter Geist, /
ein zerbrochenes und zerschlagenes Herz wirst du, Gott, nicht verschmähen.
In deiner Huld tu Gutes an Zion; /
bau die Mauern Jerusalems wieder auf!
Dann hast du Freude an rechten Opfern, /
an Brandopfern und Ganzopfern, /
dann opfert man Stiere auf deinem Altar.

Ant: Ein reines Herz erschaffe mir, oh Gott /
und gib mir einen neuen, beständigen Geist

2. Woche

Sonntag:

Psalm 72

Ant: Dein Name, Herr, soll ewig dauern! /
Alle Völker sollen in dir sich segnen

Verleih dein Richteramt, o Gott, dem König, /
dem Königssohn gib dein gerechtes Walten!
Er regiere dein Volk in Gerechtigkeit /
und deine Armen durch rechtes Urteil.
Dann tragen die Berge Frieden für das Volk /
und die Höhen Gerechtigkeit.
Er wird Recht verschaffen den Gebeugten im Volk, /
Hilfe bringen den Kindern der Armen, /
er wird die Unterdrücker zermalmen.
Er soll leben, solange die Sonne bleibt und der Mond, /
bis zu den fernsten Geschlechtern.
Er ströme wie Regen herab auf die Felder, /
wie Regenschauer, die die Erde benetzen.
Die Gerechtigkeit blühe auf in seinen Tagen /
und großer Friede, bis der Mond nicht mehr da ist.
Er herrsche von Meer zu Meer, /
vom Strom bis an die Enden der Erde.
Vor ihm sollen seine Gegner sich beugen, /
Staub sollen lecken all seine Feinde.
Die Könige von Tarschisch und von den Inseln bringen Geschenke, /
die Könige von Saba und Seba kommen mit Gaben.
Alle Könige müssen ihm huldigen, /
alle Völker ihm dienen.
Denn er rettet den Gebeugten, der um Hilfe schreit, /
den Armen und den, der keinen Helfer hat.
Er erbarmt sich des Gebeugten und Schwachen, /
er rettet das Leben der Armen.
Von Unterdrückung und Gewalttat befreit er sie, /
ihr Blut ist in seinen Augen kostbar.
Er lebe, und Gold von Saba soll man ihm geben! /
Man soll für ihn allezeit beten, /
stets für ihn Segen erflehen.
Im Land gebe es Korn in Fülle. /
Es rausche auf dem Gipfel der Berge.
Seine Frucht wird sein wie die Bäume des Libanon. /
Menschen blühn in der Stadt wie das Gras der Erde.
Sein Name soll ewig bestehen; /
solange die Sonne bleibt, sprosse sein Name.
Glücklich preisen sollen ihn alle Völker/
und in ihm sich segnen.
Gepriesen sei der Herr, der Gott Israels! /
Er allein tut Wunder.
Gepriesen sei sein herrlicher Name in Ewigkeit! /
Seine Herrlichkeit erfülle die ganze Erde. Amen, ja amen.

Ant: Dein Name, Herr, soll ewig dauern! /
Alle Völker sollen in dir sich segnen

Psalm 30

Ant: Ich will dich rühmen, Herr: /
Du hast mich herausgezogen aus dem Reich des Todes

Ich will dich rühmen, Herr, /
denn du hast mich aus der Tiefe gezogen /
und läßt meine Feinde nicht über mich triumphieren.
Herr, mein Gott, ich habe zu dir geschrien, /
und du hast mich geheilt.
Herr, du hast mich herausgeholt aus dem Reich des Todes, /
aus der Schar der Todgeweihten mich zum Leben gerufen.
Singt und spielt dem Herrn, ihr seine Frommen, /
preist seinen heiligen Namen!
Denn sein Zorn dauert nur einen Augenblick, /
doch seine Güte ein Leben lang.
Wenn man am Abend auch weint, /
am Morgen herrscht wieder Jubel.
Im sicheren Glück dachte ich einst: /
Ich werde niemals wanken.
Herr, in deiner Güte /
stelltest du mich auf den schützenden Berg.
Doch dann hast du dein Gesicht verborgen. /
Da bin ich erschrocken.
Zu dir, Herr, rief ich um Hilfe, /
ich flehte meinen Herrn um Gnade an.
(Ich sagte:) /
Was nützt dir mein Blut, wenn ich begraben bin? /
Kann der Staub dich preisen, deine Treue verkünden?
Höre mich, Herr, sei mir gnädig! /
Herr, sei du mein Helfer!
Da hast du mein Klagen in Tanzen verwandelt, /
hast mir das Trauergewand ausgezogen und mich mit Freude umgürtet.
Darum singt dir mein Herz und will nicht verstummen. /
Herr, mein Gott, ich will dir danken in Ewigkeit.

Ant: Ich will dich rühmen, Herr: /
Du hast mich herausgezogen aus dem Reich des Todes.

Montag:

Psalm 121

Ant: Meine Hilfe kommt vom Herrn, /
der Himmel und Erde gemacht hat

Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen: /
Woher kommt mir Hilfe?
Meine Hilfe kommt vom Herrn, /
der Himmel und Erde gemacht hat.
Er läßt deinen Fuß nicht wanken; /
er, der dich behütet, schläft nicht.
Nein, der Hüter Israels /
schläft und schlummert nicht.
Der Herr ist dein Hüter, der Herr gibt dir Schatten; /
er steht dir zur Seite.
Bei Tag wird dir die Sonne nicht schaden /
noch der Mond in der Nacht.
Der Herr behüte dich vor allem Bösen, /
er behüte dein Leben.
Der Herr behüte dich, wenn du fortgehst und wiederkommst, /
von nun an bis in Ewigkeit.

Ant: Meine Hilfe kommt vom Herrn, /
der Himmel und Erde gemacht hat

Psalm 34

Ant: Legt alle Bosheit ab; /
denn ihr habt erfahren, wie gütig der Herr ist.

Ich will den Herrn allezeit preisen; /
immer sei sein Lob in meinem Mund.
Meine Seele rühme sich des Herrn; /
die Armen sollen es hören und sich freuen.
Verherrlicht mit mir den Herrn, /
lasst uns gemeinsam seinen Namen rühmen.
Ich suchte den Herrn, und er hat mich erhört, /
er hat mich all meinen Ängsten entrissen.
Blickt auf zu ihm, so wird euer Gesicht leuchten, /
und ihr braucht nicht zu erröten.
Da ist ein Armer; er rief, und der Herr erhörte ihn. /
Er half ihm aus all seinen Nöten.
Der Engel des Herrn umschirmt alle, die ihn fürchten und ehren, /
und er befreit sie.
Kostet und seht, wie gütig der Herr ist; /
wohl dem, der zu ihm sich flüchtet!
Fürchtet den Herrn, ihr seine Heiligen; /
denn wer ihn fürchtet, leidet keinen Mangel.
Reiche müssen darben und hungern; /
wer aber den Herrn sucht, braucht kein Gut zu entbehren.

Kommt, ihr Kinder, hört mir zu! /
Ich will euch in der Furcht des Herrn unterweisen.
Wer ist der Mensch, der das Leben liebt /
und gute Tage zu sehen wünscht?
Bewahre deine Zunge vor Bösem /
und deine Lippen vor falscher Rede!
Meide das Böse, und tu das Gute; /
suche Frieden, und jage ihm nach!
Die Augen des Herrn blicken auf die Gerechten, /
seine Ohren hören ihr Schreien.
Das Antlitz des Herrn richtet sich gegen die Bösen, /
um ihr Andenken von der Erde zu tilgen.
Schreien die Gerechten, so hört sie der Herr; /
er entreißt sie all ihren Ängsten.
Nahe ist der Herr den zerbrochenen Herzen, /
er hilft denen auf, die zerknirscht sind.
Der Gerechte muss viel leiden, /
doch allem wird der Herr ihn entreißen.
Er behütet all seine Glieder, /
nicht eines von ihnen wird zerbrochen.
Den Frevler wird seine Bosheit töten; /
wer den Gerechten hasst, muss es büßen.
Der Herr erlöst seine Knechte; /
straflos bleibt, wer zu ihm sich flüchtet.

Ant: Legt alle Bosheit ab; /
denn ihr habt erfahren, wie gütig der Herr ist.

Dienstag:

Psalm 123

Ant: Unsere Augen schauen auf den Herrn, /
bis er uns gnädig ist.

Ich erhebe meine Augen zu dir, /
der du hoch im Himmel thronst.
Wie die Augen der Knechte auf die Hand ihres Herrn, /
wie die Augen der Magd auf die Hand ihrer Herrin,
so schauen unsre Augen auf den Herrn, /
unsern Gott, bis er uns gnädig ist.
Sei uns gnädig, Herr, sei uns gnädig! /
Denn übersatt sind wir vom Hohn der Spötter,
übersatt ist unsre Seele von ihrem Spott, /
von der Verachtung der Stolzen.

Ant: Unsere Augen schauen auf den Herrn, /
bis er uns gnädig ist.

Psalm 124

Ant: Ist Gott für uns, /
wer ist dann gegen uns.

Hätte sich nicht der Herr für uns eingesetzt /
- so soll Israel sagen -,
hätte sich nicht der Herr für uns eingesetzt, /
als sich gegen uns Menschen erhoben,
dann hätten sie uns lebendig verschlungen, /
als gegen uns ihr Zorn entbrannt war.
Dann hätten die Wasser uns weggespült, /
hätte sich über uns ein Wildbach ergossen.
Dann hätten sich über uns die Wasser ergossen, /
die wilden und wogenden Wasser.
Gelobt sei der Herr, /
der uns nicht ihren Zähnen als Beute überließ.
Unsre Seele ist wie ein Vogel dem Netz des Jägers entkommen; /
das Netz ist zerrissen, und wir sind frei.
Unsre Hilfe steht im Namen des Herrn, /
der Himmel und Erde gemacht hat.

Ant: Ist Gott für uns, /
wer ist dann gegen uns.

Mittwoch:

Psalm 19

Ant: Lebendig ist das Wort Gottes; /
es richtet die Gedanken des Herzens

Die Himmel rühmen die Herrlichkeit Gottes, /
vom Werk seiner Hände kündet das Firmament.
Ein Tag sagt es dem andern, /
eine Nacht tut es der andern kund,
ohne Worte und ohne Reden, /
unhörbar bleibt ihre Stimme.
Doch ihre Botschaft geht in die ganze Welt hinaus, /
ihre Kunde bis zu den Enden der Erde.
Dort hat er der Sonne ein Zelt gebaut. /
Sie tritt aus ihrem Gemach hervor wie ein Bräutigam;
sie frohlockt wie ein Held /
und läuft ihre Bahn.
Am einen Ende des Himmels geht sie auf /

und läuft bis ans andere Ende; /
nichts kann sich vor ihrer Glut verbergen.
Die Weisung des Herrn ist vollkommen, /
sie erquickt den Menschen.
Das Gesetz des Herrn ist verlässlich, /
den Unwissenden macht es weise.
Die Befehle des Herrn sind richtig, /
sie erfreuen das Herz;
das Gebot des Herrn ist lauter, /
es erleuchtet die Augen.
Die Furcht des Herrn ist rein, /
sie besteht für immer.
Die Urteile des Herrn sind wahr, /
gerecht sind sie alle.
Sie sind kostbarer als Gold, als Feingold in Menge. /
Sie sind süßer als Honig, als Honig aus Waben.
Auch dein Knecht lässt sich von ihnen warnen; /
wer sie beachtet, hat reichen Lohn.
Wer bemerkt seine eigenen Fehler? /
Sprich mich frei von Schuld, die mir nicht bewusst ist!
Behüte deinen Knecht auch vor vermessenen Menschen; /
sie sollen nicht über mich herrschen.
Dann bin ich ohne Makel /
und rein von schwerer Schuld.
Die Worte meines Mundes mögen dir gefallen; /
was ich im Herzen erwäge, stehe dir vor Augen, /
Herr, mein Fels und mein Erlöser.

Ant: Lebendig ist das Wort Gottes; /
es richtet die Gedanken des Herzens

Psalm 126

Ant: Selig, die ihr jetzt weint; /
denn ihr werdet lachen.

Als der Herr das Los der Gefangenschaft Zions wendete, /
da waren wir alle wie Träumende.
Da war unser Mund voll Lachen /
und unsere Zunge voll Jubel.
Da sagte man unter den andern Völkern: /
«Der Herr hat an ihnen Großes getan.»
Ja, Großes hat der Herr an uns getan. /
Da waren wir fröhlich.
Wende doch, Herr, unser Geschick, /
wie du versiegte Bäche wieder füllst im Südland.
Die mit Tränen säen, /
werden mit Jubel ernten.
Sie gehen hin unter Tränen /
und tragen den Samen zur Aussaat.
Sie kommen wieder mit Jubel /
und bringen ihre Garben ein.

Ant: Selig, die ihr jetzt weint; /
denn ihr werdet lachen.

Psalm 127

Ant: Wenn der Herr nicht über uns wacht, /
ist all unser Mühen umsonst.

Wenn nicht der Herr das Haus baut, /
müht sich jeder umsonst, der daran baut.
Wenn nicht der Herr die Stadt bewacht, /
wacht der Wächter umsonst.
Es ist umsonst, dass ihr früh aufsteht /
und euch spät erst niedersetzt,
um das Brot der Mühsal zu essen; /
denn der Herr gibt es den Seinen im Schlaf.
Kinder sind eine Gabe des Herrn, /
die Frucht des Leibes ist sein Geschenk.
Wie Pfeile in der Hand des Kriegers, /
so sind Söhne aus den Jahren der Jugend.
Wohl dem Mann, der mit ihnen den Köcher gefüllt hat! /
Beim Rechtsstreit mit ihren Feinden scheitern sie nicht.

Ant: Wenn der Herr nicht über uns wacht, /
ist all unser Mühen umsonst.

Donnerstag:

Psalm 130

Ant: Vom frühen Morgen bis zur Nacht /
hofft meine Seele auf den Herrn.

Aus der Tiefe rufe ich, Herr, zu dir: /
Herr, höre meine Stimme!
Wende dein Ohr mir zu, /
achte auf mein lautes Flehen!
Würdest du, Herr, unsere Sünden beachten, /
Herr, wer könnte bestehen?
Doch bei dir ist Vergebung, /
damit man in Ehrfurcht dir dient.
Ich hoffe auf den Herrn, es hofft meine Seele, /
ich warte voll Vertrauen auf sein Wort.
Meine Seele wartet auf den Herrn /
mehr als die Wächter auf den Morgen.

Mehr als die Wächter auf den Morgen /
soll Israel harren auf den Herrn.
Denn beim Herrn ist die Huld, /
bei ihm ist Erlösung in Fülle.
Ja, er wird Israel erlösen /
von all seinen Sünden.

Ant: Vom frühen Morgen bis zur Nacht /
hofft meine Seele auf den Herrn.

Psalm 84

Ant: Glaubt an Gott und glaubt an mich! /
im Haus meines Vaters sind viele Wohnungen.

Wie liebenswert ist deine Wohnung, Herr der Heerscharen! /
Meine Seele verzehrt sich in Sehnsucht /
nach dem Tempel des Herrn.
Mein Herz und mein Leib jauchzen ihm zu, /
ihm, dem lebendigen Gott.
Auch der Sperling findet ein Haus /
und die Schwalbe ein Nest für ihre Jungen - /
deine Altäre, Herr der Heerscharen, mein Gott und mein König.
Wohl denen, die wohnen in deinem Haus, /
die dich allezeit loben.
Wohl den Menschen, die Kraft finden in dir, /
wenn sie sich zur Wallfahrt rüsten.
Ziehen sie durch das trostlose Tal, /
wird es für sie zum Quellgrund, /
und Frühregen hüllt es in Segen.
Sie schreiten dahin mit wachsender Kraft; /
dann schauen sie Gott auf dem Zion.
Herr der Heerscharen, höre mein Beten, /
vernimm es, Gott Jakobs!
Gott, sieh her auf unsern Schild, /
schau auf das Antlitz deines Gesalbten!
Denn ein einziger Tag in den Vorhöfen deines Heiligtums /
ist besser als tausend andere.
Lieber an der Schwelle stehen im Haus meines Gottes /
als wohnen in den Zelten der Frevler.
Denn Gott der Herr ist Sonne und Schild. /
Er schenkt Gnade und Herrlichkeit;
der Herr versagt denen, die rechtschaffen sind, keine Gabe. /
Herr der Heerscharen, wohl dem, der dir vertraut!

Ant: Glaubt an Gott und glaubt an mich! /
im Haus meines Vaters sind viele Wohnungen.

Freitag:

Psalm 146

Ant: Den Herrn will ich loben, /
solange ich lebe.

Halleluja! Lobe den Herrn, meine Seele! /
Ich will den Herrn loben, solange ich lebe, /
meinem Gott singen und spielen, solange ich da bin.
Verlasst euch nicht auf Fürsten, /
auf Menschen, bei denen es doch keine Hilfe gibt.
Haucht der Mensch sein Leben aus /
und kehrt er zurück zur Erde, /
dann ist es aus mit all seinen Plänen.
Wohl dem, dessen Halt der Gott Jakobs ist /
und der seine Hoffnung auf den Herrn, seinen Gott, setzt.
Der Herr hat Himmel und Erde gemacht, /
das Meer und alle Geschöpfe; /
er hält ewig die Treue.
Recht verschafft er den Unterdrückten, /
den Hungernden gibt er Brot; /
der Herr befreit die Gefangenen.
Der Herr öffnet den Blinden die Augen, /
er richtet die Gebeugten auf.
Der Herr beschützt die Fremden /
und verhilft den Waisen und Witwen zu ihrem Recht.
Der Herr liebt die Gerechten, /
doch die Schritte der Frevler leitet er in die Irre.
Der Herr ist König auf ewig, /
dein Gott, Zion, herrscht von Geschlecht zu Geschlecht. /
Halleluja!

Ant: Den Herrn will ich loben, /
solange ich lebe.

Psalm 11

Ant: Selig, die Verfolgung leiden; /
ihr Lohn ist groß im Himmel.

Beim Herrn finde ich Zuflucht. /
Wie könnt ihr mir sagen: «In die Berge flieh wie ein Vogel»?
Schon spannen die Frevler den Bogen, /
sie legen den Pfeil auf die Sehne,
um aus dem Dunkel zu treffen /
die Menschen mit redlichem Herzen.
Gerät alles ins Wanken, /
was kann da der Gerechte noch tun?
Der Herr weilt in seinem heiligen Tempel, /

der Thron des Herrn ist im Himmel.
Seine Augen schauen herab, /
seine Blicke prüfen die Menschen.
Der Herr prüft Gerechte und Frevler; /
wer Gewalttat liebt, den haßt er aus tiefster Seele.
Auf die Frevler lasse er Feuer und Schwefel regnen; /
sengender Wind sei ihr Anteil.
Denn der Herr ist gerecht, er liebt gerechte Taten; /
wer rechtschaffen ist, darf sein Angesicht schauen.

Ant: Selig, die Verfolgung leiden; /
ihr Lohn ist groß im Himmel.

Samstag:

Psalm 14

Ant: Der Armen Zuflucht ist der Herr; /
er wird das Geschick seines Volkes wenden.

Die Toren sagen in ihrem Herzen: /
«Es gibt keinen Gott.»
Sie handeln verwerflich und schnöde; /
da ist keiner, der Gutes tut.
Der Herr blickt vom Himmel herab auf die Menschen, /
ob noch ein Verständiger da ist, der Gott sucht.
Alle sind sie abtrünnig und verdorben, /
keiner tut Gutes, auch nicht ein einziger.
Haben denn all die Übeltäter keine Einsicht? /
Sie verschlingen mein Volk.
Sie essen das Brot des Herrn, /
doch seinen Namen rufen sie nicht an.
Es trifft sie Furcht und Schrecken; /
denn Gott steht auf der Seite der Gerechten.
Die Pläne der Armen wollt ihr vereiteln, /
doch ihre Zuflucht ist der Herr.
Ach, käme doch vom Zion Hilfe für Israel! /
Wenn einst der Herr das Geschick seines Volkes wendet, /
dann jubelt Jakob, dann freut sich Israel.

Ant: Der Armen Zuflucht ist der Herr; /
er wird das Geschick seines Volkes wenden.

Psalm 54

Ant: Wenn ihr den Vater in meinem Namen um etwas bitten, /

so wird er es euch geben.

Hilf mir, Gott, durch deinen Namen, /
verschaff mir Recht mit deiner Kraft!
Gott, höre mein Flehen, /
vernimm die Worte meines Mundes!
Denn es erheben sich gegen mich stolze Menschen, /
freche Leute trachten mir nach dem Leben; /
sie haben Gott nicht vor Augen.
Doch Gott ist mein Helfer, /
der Herr beschützt mein Leben.
Auf meine Gegner falle das Unheil zurück. /
Weil du treu bist, vernichte sie!
Freudig bringe ich dir dann mein Opfer dar /
und lobe deinen Namen, Herr; denn du bist gütig.
Der Herr hat mich herausgerissen aus all meiner Not, /
und mein Auge kann auf meine Feinde herabsehn.

Ant: Wenn ihr den Vater in meinem Namen um etwas bitten, /
so wird er es euch geben.

Psalm 16

Ant: Ich habe den Herrn beständig vor Augen. /
Mein Leib wird wohnen in Sicherheit.

Behüte mich, Gott, denn ich vertraue dir. /
Ich sage zum Herrn: «Du bist mein Herr; /
mein ganzes Glück bist du allein.»
An den Heiligen im Lande, den Herrlichen, /
an ihnen nur hab' ich mein Gefallen.
Viele Schmerzen leidet, wer fremden Göttern folgt. /
Ich will ihnen nicht opfern, /
ich nehme ihre Namen nicht auf meine Lippen.
Du, Herr, gibst mir das Erbe und reichst mir den Becher; /
du hältst mein Los in deinen Händen.
Auf schönem Land fiel mir mein Anteil zu. /
Ja, mein Erbe gefällt mir gut.
Ich preise den Herrn, der mich beraten hat. /
Auch mahnt mich mein Herz in der Nacht.
Ich habe den Herrn beständig vor Augen. /
Er steht mir zur Rechten, ich wanke nicht.
Darum freut sich mein Herz und frohlockt meine Seele; /
auch mein Leib wird wohnen in Sicherheit.
Denn du gibst mich nicht der Unterwelt preis; /
du läßt deinen Frommen das Grab nicht schauen.
Du zeigst mir den Pfad zum Leben. /
Vor deinem Angesicht herrscht Freude in Fülle, /
zu deiner Rechten Wonne für alle Zeit.

Ant: Ich habe den Herrn beständig vor Augen. /
Mein Leib wird wohnen in Sicherheit.

Alternative:

Aktualisierte Psalmen

Sonntag:

Ant: Die Liebe vertreibt am Ende auch die Furcht /
die Furcht, sie hat nicht Raum mehr in der Liebe.

V: Gott, unser Gott: Du schenkst uns eine wunderschöne Welt,
in Überfülle lässt du alles wachsen, blühen und reifen.
A: Du hast den Menschen gewollt, der das alles sieht und erfährt
sich diese Erde untertan machen darf.
V: Und was tut dieser Mensch? Wie setzt er seine Gaben ein?
Er beutet die Erde aus und sieht seine Grenzen nicht.
A: Und von Mensch zu Mensch, von der Schwester zum Bruder?
So oft sieht er nur sich und seinen Vorteil.
V: Er will Glück und Heil und bringt Leid und Unheil
Schlag und Gegenschlag: Wie lange noch Herr?
A: Und ich selbst lebe mit Menschen, die lieb, aber auch ungut sein können.
Bin ich anders? Sehe nicht auch ich oft nur mich?
V: Bei den anderen sehe ich alles, was nicht gut ist.
Bei mir aber sind es die Nerven, die Enttäuschungen.
A: Und dann klagen wir: Es gibt keinen Frieden, kein Heil,
weil die anderen ungut sind, egoistisch und eng.
V: Sind es wirklich nur die anderen, bin es nicht auch ich?
Wenn ich das sehen könnte, wäre da nicht manches anders?
A: Dein Sohn Jesus Christus zeigt uns einen Weg: denk nicht, wer hat Schuld,
halte, auf eine Wange geschlagen, die andere hin.
V: Wenn sie dich zu einer Meile nötigen, geh doch zwei mit ihnen,
wenn sie das Hemd wollen, gibt auch den Mantel.
A: O du mein Gott, da bin ich doch der Dumme.
Da glauben doch alle: jetzt sieht er es ein.
V: Oder sie werden meine Dummheit ausnutzen,
mir noch mehr Schaden zufügen, mich zutiefst verletzen.
A: Und doch: Wenn wir immer schlagen und zurückschlagen,
wann hört das auf? Wann wird etwas wirklich anders?
V: Wann wird Friede sein, wann werden wir frei atmen können?
Wann wird es wirklich schön und gut sein auf unserer Erde?
A: Du Herr, kannst wirklich, was wir nicht können.
Du schenkst Heil, Einsehen und Neubeginn.
V: Und wenn wir in der großen Welt nichts ausrichten können,
in unserer kleinen Welt, da ist es möglich.
A: Nimm von uns alle Angst und jede Furcht,
dann kann Liebe uns tragen, Liebe, die alles möglich macht.
V: Gott, unser Gott, lass uns mitbauen an einer schöneren Welt,
in der Friede und Liebe: Freude schenken und froh machen.

Ant: Die Liebe vertreibt am Ende auch die Furcht /
die Furcht, sie hat nicht Raum mehr in der Liebe.

MONTAG:

Ant: Ob ich gehe oder ruhe, / du legst deine Hände auf mich

V: Ganz tief in meinem Herzen spüre ich,
dass du da bist, dass du mich trägst.
A: Doch es kommt so vieles daher, das mich stört:
eigenes Nichtkönnen und Nichtwollen
V: Es gibt so vieles, das mich unsicher macht:
Menschen, die anderes denken und wollen, als ich.
A: Dann möchte ich, dass du klare Zeichen schickst,
mir zeigst, was richtig ist und gut.
V: Dann möchte ich, dass ich erkennen kann,
was dein Wille ist und mein Weg.
A: Wie oft muss ich dann begreifen,
dass ich deinen Willen wollte und doch den meinen suchte.
V: Wie lange brauchte ich oft, um zu verstehen,
dass du mein Heil wolltest, dass du mich liebst.
A: Wie oft wollte ich davonlaufen, weit fort fliehen,
doch du ließest mich begreifen, dass das nicht froh macht.
V: Du ließest mich erkennen, dass ich alleine nichts bin,
dass ich aber alles kann, wenn du mit mir gehst.
A: So gehe ich meine Wege durch Licht und Dunkel
und darf wissen: ob ich gehe oder ruhe, du bist bei mir.
V: Wenn ich auch fürchte, dass alles misslingt,
in dir habe ich zum Trotzdem Kraft.
A: Ganz tief in meinem Herzen spüre ich,
dass du da bist, dass du mich trägst.
V: Wenn man mir wehtut, mich nicht versteht,
was tut es, wenn ich weiß, dass du mich liebst?
A: Wenn vieles daneben geht, wenn ich selbst versage,
so weiß ich, dass du immer wieder einen neuen Anfang schenkst.
V: Wenn manches geschieht, das ich nicht begreife,
so spüre ich doch, dass in dir alles recht wird.
A: Wenn ich auch nicht weiß, wie alles weitergeht:
du bist bei mir und gehst mit mir.
V: Lass mich immer wieder spüren, in allem Auf und Ab:
du sagst Ja zu mir, du hast deine Hand auf mich gelegt.

Ant: Ob ich gehe oder ruhe, / du legst deine Hände auf mich

DIENSTAG:

Ant: Wenn Gott mit uns ist, / wer kann dann gegen uns sein?

V: Wenn ich des Nachts zum Himmel schaue:
Die Sterne, der Mond – unendliche Weiten,
A: Wenn es Tag wird, das Licht der Sonne leuchtet,
und alles hell wird und grünt und blüht,
V: Wenn es da Menschen gibt, die sehen und hören,
die all das Schöne und Große und Gute erfahren können,
A: Wenn es da mich gibt: Ein ganz winziger Punkt,
eine kleine Ameise gleichsam, ein armseliger Wurm,
V: Wenn dieser Mensch nun denken und fühlen kann,
durch seinen Geist fähig ist, Großes zu schaffen:
A: so keimt in meiner Seele eine große Ahnung auf:
Ehe die Berge wurden, die Erde entstand und ich – warst du.
V: Du, den ich meinen lieben Gott nenne,
Du, der du mich wolltest und werden ließest,
A: Du, der immer war und immer sein wird,
tausend Jahre sind für dich wie der Tag, der gestern vergangen ist.
V: All das Schöne und Große in dieser Welt,
es blüht, es verwelkt, es vergeht.
A: Doch du, mein Gott, bleibst in Ewigkeit,
bist groß und gewaltig: Siehst du mich?
V: Mich, der ich so oft gleichgültig bin,
dich nicht sehe, noch meine Schwestern und Brüder
A: Mich, der ich so oft nur mich sehe und meine Wünsche,
der dann meint, du siehst es ja nicht.
V: Gott, du mein Gott, lass deine Güte über uns walten
mach uns wach und lebendig und froh.
A: Lass das Werk unserer Hände gedeihen,
ja, lass gedeihen das Werk unserer Hände.
V: Lass uns erfahren, dass du mit uns bist,
dass du uns trägst, dass du uns liebst.

Ant: Wenn Gott mit uns ist, / wer kann dann gegen uns sein?

MITTWOCH:

zu Psalm 36

Ant: Mit dir Gott überspringe ich Wälle, / mit meinem Gott überspringe ich Mauern

V: Viele Menschen leben so, als gäbe es dich nicht;
Bosheit tragen sie in ihren Herzen.
A: Es gibt selbst Menschen, die an dich glauben,
und doch Vernichtung denken und tun.
V: Doch du bist ein Gott der Güte,
du lässt uns wohnen im Schatten deiner Flügel
A: Du schenkst uns Menschen das Leben,
du lässt uns schauen dein Licht.
V: Lass doch die Menschen begreifen,
dass du nicht Tod willst sondern Leben.
A: Lass sie verstehen, dass sie sich selbst vernichten,
wenn sie anderen nach dem Leben trachten.
V: Lass sie begreifen, dass sie in die Grube fallen,
die sie für andere ausgehoben haben.
A: Lass sie begreifen, dass jedem Schlag
ein fürchterlicher Gegenschlag folgt.
V: Du schenkst uns eine wunderschöne Welt,
die es zu bewahren gilt und zu hüten.
A: Du schenkst uns Menschen, die uns helfen,
mit denen wir so vieles schaffen können.
V: Du rettest Mensch und Tier, deine ganze Schöpfung,
du willst, dass alles lebt und liebt.
A: Lass uns deine Güte erfahren, trotz Allem und Jedem
Und gib, dass wir diese Güte weiterschenken.
V: Nicht Angst uns Schrecken werden unser Herz eng machen,
sondern deine Güte und Liebe, sie machen uns frei.
A: Dann werden wir aus der Quelle des Lebens trinken,
wir werden schauen in deinem Licht, unser Licht.

Ant: Mit dir Gott überspringe ich Wälle, / mit meinem Gott überspringe ich Mauern

DONNERSTAG:

Nach Psalm 90:

Ant: Meine Zeit steht in deinen Händen

V: Herr, mein Gott, du bist mir Zuflucht und Zuversicht
Seit ich im Schoß meiner Mutter gebildet wurde,
bist du bei mir, alle Tage meines Lebens.
A: Du warst immer und wirst immer sein, ohne Anfang, ohne Ende
Ehe die Berge geboren wurden, die Erde entstand und das Weltall,
bist du o Gott von Ewigkeit zu Ewigkeit
V: Tausend Jahre sind für dich, wie der Tag, der gestern vergangen ist,
du warst gestern, bist heute und wirst morgen sein
A: Und dann wurde irgendwann ich geboren, hinein in die Zeit.
Wie Gras, das grünt und blüht, geschnitten wird und welkt.
V: Wir leben in der Zeit – bisweilen wie eine Schnecke, langsam und träge,
bisweilen fliegt sie dahin, ohne dass wir es merken.
A: Eine Zeit, die uns geschenkt ist, kürzer oder länger,
eine Zeit zum Schaffen, eine Zeit zum Vergehen.
V: Eine Zeit, in der wir Bäume ausreißen möchten, in unbändiger Kraft,
eine Zeit, die nur Mühsal ist und Beschwer.
A: Unser Leben währt 70 Jahre, wenn es hoch kommt, sind es 80,
rasch geht es vorbei, wir fliegen dahin.
V: Unsere Tage zu zählen, lehre uns,
damit wir ein weises Herz bekommen.
A: Du Herr gabst mir das Leben und die Zeit, die ich leben darf,
Sekunden, Minuten, Stunden, Tage, Jahre meines Lebens, sie sind dein.
V: Und ich? Was ist mir nicht alles wichtig?
Was kommt nicht alles vor dir?
A: Wenn ich ein wenig zu mir komme, Ruhe finde und Zeit,
dann ahne ich etwas von dem, was wirklich froh macht.
V: Danke Herr, dass du mich wolltest,
wie wenig kann ich es dir doch zeigen.
A: In dieser Stunde bin ich mit meinen Gedanken bei dir,
und spüre, wie ohnmächtig meine Worte sind.
V: Ich spüre, dass du da bist, dass du mich liebst,
dass du mich froh machst und glücklich haben willst.
A: Und wenn du in meinem Leben da bist,
dann sehe ich alles in einem anderen, in deinem Licht.
V: Da weiß ich, dass du mir die Zeit meines Lebens gibst,
damit ich froh in dieser Welt lebe und Menschen glücklich mache.
A: Da weiß ich, dass es einfach schön ist, gut zu sein,
kann dann auch das Gute sehen, das Menschen mir tun.
V: Meine Zeit, wenn sie in deinen Händen liegt, wird voll:
Ich bin selbst froh und kann mit Freude schenken.
A: Herr, schenk mir deine Güte und mach mich frei,
damit gedeihe das Werk meiner Gedanken und Hände.

Ant: Meine Zeit steht in deinen Händen

FREITAG:

nach Psalm 126:

Ant: Beim Herrn ist die Huld, / bei ihm ist Erlösung in Fülle.

V: Herr, mein Gott, manchmal bin ich froh,
zufrieden mit meinem Leben und all dem, was es bringt.
A: Dann blicken meine Augen hell, meine Stimme klingt froh,
die ganze Welt möchte ich umarmen vor Glück und Freude.
V: Sicher und zuversichtlich gehe ich meinen Weg
kein Hader, kein Zweifel verdunkeln meine Seele.
A: In solchen Zeiten ist es nicht schwer, an dich zu glauben, mein Gott,
da ist alles klar und hell und schön.
V: Und wenn ich in dieser Stunde an dich erinnert werde,
so ist mein Denken an dich voll Zuversicht und Dank.
A: Herr, mein Gott, manchmal aber bin ich traurig,
unzufrieden mit meinem Leben und mit dem, was es bringt.
V: Ich lebe mit manchen Menschen und fühle mich doch allein,
selbst Menschen, die ich sehr mag, verstehen mich nicht.
A: Sie lassen mich hängen, wenn ich Hilfe brauche,
manche freuen sich fast über mein Leid und über mein Unglück.
V: In solchen Zeiten spüre ich nicht, dass du mit mir bist,
nicht nur die Menschen, auch du scheinst nicht da zu sein.
A: Und wenn ich in dieser Stunde an dich erinnert werde,
sind meine Gedanken bitter: Wo bist du, Herr?
V: Und doch, Herr, mein Gott, du bist da und machst mich frei.
Dieser Gedanke macht mich zuversichtlich und froh.
A: Ob ich froh bin oder traurig, ich darf wissen, du bist mit mir,
wenn die Sonne scheint und auch wenn es regnet.
V: Ob ich froh bin oder traurig, ich darf wissen:
die mit Tränen säen, werden mit Jubel ernten.
A: Danke Herr, für das Atemholen in dieser Mittagsstunde.
Es macht mich zuversichtlich und froh.

Ant: Beim Herrn ist die Huld, / bei ihm ist Erlösung in Fülle.