

Psalm 121

Einstieg

Ps 121 lesen (Alina)

Ich lies oi jetzt de Psalm vor. Achtet oi druf, was oi für Bilder und Gedanke chömed, während em zuelose.

¹ *EIN LIED FÜR DIE PILGERREISE.*

Ich schaue hoch zu den Bergen.

Woher kommt Hilfe für mich?

² *Hilfe für mich, die kommt vom Herrn!*

Er hat Himmel und Erde gemacht.

³ *Er lässt deinen Fuß nicht straucheln.*

Der über dich wacht, schläft nicht.

⁴ *Sieh doch: Der über Israel wacht,
der schläft und schlummert nicht.*

⁵ *Der Herr wacht über dich.*

Der Herr ist dein Schutz,

er spendet Schatten an deiner Seite.

⁶ *Am Tag wird dir die Sonne nicht schaden
und der Mond nicht in der Nacht.*

⁷ *Der Herr behütet dich vor allem Bösen.*

Er wacht gewiss über dein Leben.

⁸ *Der Herr behütet dein Gehen und Kommen
von heute an bis in alle Zukunft.*

Ps 121 zu zweit lesen (Alina/Simon)

Mir läsed ihn jetzt nomal vor. Achtet oi druf was sich jetzt für oi veränderet.

Alina liest V. 1-2. Simon den Rest.

Bild von dieser Situation malen (Simon)

Wenn ich diesen Psalm lese beziehungsweise höre, dann habe ich das Bild einer reisenden Gruppe vor meinem inneren Auge. Ich sehe Menschen mit Gepäck und Wanderstock. Vielleicht haben sie auch ein paar Lasttiere dabei. Sie sind in der Wildnis unterwegs irgendwo weit ab von Dörfern und Städten. Die Wildnis ist für sie nicht nur schön und etwas zum Bestaunen, sondern vor allem auch gefährlich. Sie sind sich bewusst, dass viele Gefahren lauern: Wilde Tiere, Unwetter, Hitze und Kälte, vielleicht auch Räuberbanden. Trotzdem haben sie sich entschlossen, diesen Weg auf sich zu nehmen, weil sie ein Ziel haben, das ihnen sehr wichtig ist: Sie wollen nach Jerusalem, zum Tempel. Und dort ihrem Gott ein Opfer darbringen. Schon jetzt singen sie diesem Gott Lieder. Sie tun das, weil es

dazu gehört, wenn man auf einer Pilgerreise ist. Aber sie tun es auch, weil sie sich damit gegenseitig ermutigen wollen.

Ich sehe, wie die Reisegruppe durch einen dichten Wald geht. Es ist ihnen mulmig zu Mute und sie sagen dieses Gebet auf, um sich daran zu erinnern, dass Gott sie bis hierhin beschützt hat. Wieso sollte er sie nicht auch durch diesen Wald führen?

Ich sehe, wie die Gruppe durch ein enges Tal geht und das Wetter umschlägt. Ein Sturm zieht auf. Ein junger Mann – er ist erst vierzehn – schaut angsterfüllt um sich und man sieht ihm an, dass der Mut ihn verlässt. Sein älterer Bruder tritt zu ihm und spricht zu ihm: *«Ich schaue hoch zu den Bergen. Woher kommt Hilfe für mich? Hilfe für mich, die kommt vom Herrn! Er hat Himmel und Erde gemacht.»*

Ich sehe, wie die Gruppe einen kleinen Hügel überquert und – oben angelangt – endlich die Stadtmauern Jerusalems erblickt. Aus vollem Herzen beginnen sie zu Jubeln und singen einander zu: *«Sieh doch: Der über Israel wacht, der schläft und schlummert nicht. Der Herr wacht über dich. Der Herr ist dein Schutz, er spendet Schatten an deiner Seite.»*

Hauptteil

Thema des Psalms (Alina)

Ah, du dänksch bim Läse vo dem Psalm also a Mänsche wo wirklich ufme Weg, ufre Reis sind und det de Psalm singed. Drum singed sie, dass sie nöd stolpered und dassd Sunne ihne nüt macht – alles Sache, wo eim ufere Reis drohed. Ich verstahn de Psalm aber au so, dass mit em Weg, näb ere konkrete Situation, wie z.B em Weg vo dere Gruppe nach Jerusalem au de Läbensweg als Ganzes gmeint isch. Im Vers 7 8 gseht mer das ganz guet.

⁷ *Der Herr behütet dich vor allem Bösen.*

Er wacht gewiss über dein Leben.

⁸ *Der Herr behütet dein Gehen und Kommen*

von heute an bis in alle Zukunft.

Mit de Wort Igang und Usgang isch au d Geburt und s Sterbe gmeint und dänn stah bis id Ewigkeit. De Psalm seit also, dass Gott mich begleitet und schützt vo de Geburt bis zum Tod, Tag und Nacht, 24/7.

Einspruch (Simon)

Das ist wirklich eine schöne Vorstellung: Gott beschützt mich nicht nur auf konkreten Reisen, sondern auf meinem ganzen Lebensweg. Und das ist ja nicht etwas, das nur hier im Psalm 121 vorkommt, sondern immer wieder in der Bibel.

Aber weisst du was mich daran stört? Es stimmt halt nicht... Ich selbst jedenfalls fühle mich ganz oft nicht beschützt. Ich habe oft den Eindruck, dass Gott mich nicht vor allem Bösen beschützt.

Und wenn ich in die Welt hinausschaue, denn sehe ich, dass es ganz vielen anderen Menschen auch so geht. Verstehst du, was ich meine?

Reaktion I: Blick nach oben (Alina)

Ja mir gahts ehrlichseit ame genauso. Grad au in schwierige Situatione bechum ich Angst oder föhl mich nöd trösted und treit vo Gott, au wenn ich mir das eigentlich würd wünsche. Die Gedanke han ich au gha bim läse vo dem Psalm, aber dänn isch mir öppis ufgfalle, wo für mich en erste Hiiwis chönt sii, wie ich i so Situatione wo ich nüt vo Gottes Trost merk, chönt umgah. Ich finds nämlich bemerkenswert, dass de Psalm afangt mit: Ich schau HOCH zu den Bergen, woher kommt meine Hilfe?

Die Person hät grad irgendöppis erläbt, wo sie Angst hät und Hilf brucht und luegt dänn ufe. Das find ich uu starch. Will die natürlich Reaktion wenn mer Angst hät, isch, dass sich s Sichtfeld iängt und mer d Wiitsicht verlürt. Mer iglet sich ii und luegt nur no grad vor sich hii oder sogar gäg abe. Aber de Mensch us em Psalm luegt ufe, id Wiiti. Und ich glaub dass isch öppis Entscheidends. Will uf das Ufeluege folgt dänn de Vers: Meine Hilfe kommt vom Herrn, der Himmel und Erde gemacht hat. Dur de wiiti Blick wird die Person empfänglich für Gott. Villicht gseht sie d Berge und d Natur und erinneret sich dra, dass hinder dere Naturwalt öppert stah wo no grösser isch, nämlich Gott. Das isch öppis wo ich au i mis Läbe möcht mitnä. Hützutags sind mir zwar nüm so de Gfahre dusse usgesetzt, aber mir händ anderi Sorge und Nöt. Und dänn gahts mir oft so, dass sich mis Blickfeld iängt und ich nur no mich und mis Problem gsehn und gar nüm was alles suscht no da isch. S Guete wo suscht no i mim Läbe isch, wo ich chan Chraft drus zieh oder d Mänsche wo Gott mir ad Siite stellt wo mir chönd hälfe, oder ufe luege und empfänglich sii, für Sägemoment und noi Energie wo Gott, mir villicht schänke möcht.

Reaktion II: Ps 121 als Dialog mit zweiter Stimme (Simon)

Das ist wirklich erstaunlich, wie der Blick hier wieder nach oben geht. Ich kenne das ganz gut, dass sich mein Blickfeld verengt und ich nur noch meine Schwierigkeiten im Auge habe, obwohl es auch noch andere Dinge geben würde.

Ich habe noch eine zweite Beobachtung gemacht, die mir hilft, mit diesem Psalm umzugehen: Der Psalm ist ja ein Dialog. Das haben wir ganz am Anfang beim zweiten Mal Vorlesen vorgeführt. In einem Dialog kommen mindestens zwei Stimmen vor. Zwei Standpunkte, die – wenn es ein spannender Dialog ist – nicht die gleiche Meinung haben.

Und im Fall von Ps 121 ist es genau diese zweite Stimme, die all das verspricht, was mir schwer fällt zu glauben und darauf zu vertrauen. Sie spricht mir zu, dass Gott nicht schläft, dass ich nicht stolpern werde, dass Gott mir Schatten spendet und die Hitze der Sonne mir nicht schaden wird. Das verändert schon etwas in mir: Ich bin es irgendwie nicht mehr selbst, der diesen Psalm betet und davon überzeugt ist, sondern ich bete ihn, frage, woher meine Hilfe kommt, und lasse mir dann von irgendeiner anderen Stimme diese Zusprüche machen.

Dann spielt es gar nicht mehr so eine grosse Rolle, ob ich dem wirklich genau zustimmen würde. So kann ich auch mal etwas beten, das ich vielleicht gerade gar nicht glaube oder das ich jedenfalls gerade nicht so formulieren würde.

Reaktion IIa: Tradition/Geschichte (Alina)

Ja voll und was ich a dem Psalm spannend find, isch, dass es nöd klar isch, wer die zweitei Stimm isch. Isch es en anderi Person, wo de erste Person Muet zuespricht oder isch es e zweitei Stimm i de gliiche Person? Das hät mich zum dänke agregt. Ich han mich gfrögt, was wennis nur ei Person isch wo i dem Psalm redet? Was wenn niemert zweits ume isch wo eim trösted? Chan mer sich sälber tröste und wenn ja, wie? Mit dem Psalm han ich e Möglichkeit entdeckt. De Mänsch us em Psalm nimmt nämlich die biblisch Gschicht, also d Gschicht vo Gott mit de Mänsche uf und zieht dadruus Trost für sini aktuelli Situation. Das heisst also, durs sich Erinnere was anderi Mänsche vor mir mit Gott erläbt händ chan ich für mich sälber neu Zueversicht und Vertraue schöpfe. Bsunders düütlich wird das für mich im Vers 4 und 5 wos heisst: 4 Sieh doch: Der über Israel wacht, der schläft und schlummert nicht. Und dänn im Vers 5: Der Herr wacht über DICH, der Herr ist DEIN Schutz, er spendet Schatten an DEINER Seite.

Im Vers 4 läsed mir zuerst en Ussag über Gott, er isch de Hüeter Israels. Hüeter Israels isch im AT en feschte Begriff und zwar isch Gott JHWH de Schutzgott vom Volk Israel gsii. Israel hät mit em Jakob agfange. Wo er vom Esau gflüchtet isch, hät er uf sinre Flucht Schutz vo Gott erfahre und vo ihm de neu Name Israel becho, als Verheissig, dass us sine Nachkomme es grosses Volk wird entstah. Und dänn hät sich das wiiter entwickelt, Gott isch de Schutzgott de Hüeter vom ganze Volk worde, häts us de Sklaverei in Ägypte befreit, sie is gelobte Land gfüehrt und so wiiter. Praktisch die ganzi biblisch Gschicht steckt im

Begriff Hüeter Israels. Und es isch en umfassende ganzheitliche Schutz demit gmeint. Gott hät sis Volk vo Hunger und Durst grettet, hät sie vor Feinde gschützt hät sie uf ihrem Wäg oder Lebensweg gführt und ihne immer wieder Muet gschänkt. Und all das nimmt oise Psalm uuf und erinnere sich dra und dänn im Vers 5 Heisst: Der Herr ist DEIN Hüeter. Das heisst, all das gilt nöd nur fürs Volk Israel als Ganzes, sondern au für Einzelpersonen, für die Person us em Psalm, aber genauso au für ois hüt. Und das find ich mega ermuertigend. Wenn ich mal i mim eigete Läbe kei Trost gsehn, chan ich mich a all das Erinnere wie Gott i de Bible beschriebe wird, nämlich als en Gott wo Mänsche beschützt und befreit. Und ich vertraue druf, dass das für ois hüt no genauso gilt.

Reaktion IIb: Gemeinschaft in Kirche (Simon)

Stimmt, die biblischen Texte können so eine andere Stimme sein. Diese Texte sind ja irgendwie entstanden. Menschen haben die Erfahrung gemacht, dass Gott sie beschützt hat und deshalb diese Texte geschrieben. Das ist eine Ermutigung für mich, weil ich mir denke: Wenn Gott diese Menschen beschützt hat, dann beschützt er mich vielleicht auch.

Und es gibt ja auch heute viele Menschen, die solche Erfahrungen machen. Ich selbst ja auch ganz oft – halt einfach nicht immer. Und diese positiven Erfahrungen sind ja wahrscheinlich auch der Grund, wieso diese Texte nach mehr als zweitausend Jahren immer noch gelesen, gesungen und gebetet werden. Die Tatsache, dass diese Texte immer noch verwendet werden, ist ein Zeugnis dafür, dass Menschen heute immer noch ähnliche Erfahrungen machen, wie die Menschen, welche diese Texte aufgeschrieben haben.

Und das Schöne daran ist ja, dass diese Menschen von heute hier sind und wir mehr von ihnen haben, also nur ein Text. Wir alle sind diese Menschen, wir als Kirche. Das ist es, was für mich Kirche ausmacht: Sie ist eine Gemeinschaft von Menschen, die daran glauben, dass da an diesem Gott etwas dran ist, Erfahrungen mit ihm machen und diese miteinander teilen wollen. Und weil es eben eine Gemeinschaft ist, darf es auch mal sein, dass jemand keine Erfahrungen mit Gott macht oder etwas nicht glauben kann. Wir können nicht nur miteinander glauben, sondern auch füreinander.

Das haben auch die Freunde des Gelähmten aus der Schriftlesung gemacht, die ihn durchs Dach zu Jesus gebracht haben. Der Gelähmte konnte in dieser Situation selbst nicht zu Jesus gehen, aber dank seinen Freunden, ist er doch Jesus begegnet. Mir persönlich gibt das sehr viel und das ist für meinen Glauben wirklich wichtig: Ich bin jemand, der dazu neigt, auch die schweren Seiten des Lebens sehr stark wahrzunehmen. Und ich lasse mich ziemlich stark davon beeinflussen. Und wenn ich auf mein Leben und in diese Welt hinausschaue, dann würde ich wahrscheinlich nicht auf die Idee kommen, so einen Psalm zu schreiben. Und trotzdem merke ich immer wieder, wie froh ich bin, dass es solche Psalmen gibt und wie gut es mir tut, diese zu beten oder zu singen. Ich kann mich daran festhalten, dass andere Menschen es anders sehen und erleben. Dieser Glaube von anderen Menschen macht mir Hoffnung und stärkt mich.

Reaktion (Alina)

Oh ja das isch mega schön! Will au wenn ichs i schwierige Situatione mal nöd schaffe, min Blick z wiite und s Schöne z gseh oder ich nöd trösted wird durch d Vorstellig us de Bible, das Gott de Hüeter und Beschützer isch, dänn sind glich no d Mänsche i mim Umfeld, i minere Chile da, wo das glaubed und das au stellvertretend für mich chönd glaube, will ich mich a ihrem Glaube chan feschthebe. Und obwohl das konkret nüt a minre Situation änderet und sie dur das nöd ufglöst wird, isch es doch tröstend und ermuetigend.

Abschluss (Simon)

Wir haben jetzt immer wieder davon gesprochen, dass der Ps 121 ein Lied ist. Ich persönlich habe diesen Psalm jetzt noch nicht so oft gesungen. Aber es gibt ganz viele andere Lieder, die einen ähnlichen Inhalt haben. Eines, das mir sehr wichtig geworden ist, ist zum Beispiel «Goodnes of God» von CeCe Winans, in dem es genau um diese Güte Gottes geht, die auch in Ps 121 angesprochen wird und uns durch das ganze Leben begleitet.

Und ich hatte letztes Jahr eine längere Phase, in der es mir nicht gut ging und dieses Lied oft in Gottesdiensten gespielt wurde, in denen ich war. Genau in den Phasen, in denen es mir gerade besonders schlecht ging, hat mich dieses Lied speziell berührt. Und das obwohl ich selbst ja Gott gerade nicht als Beschützer und Hüter erlebte. Mir kam aber immer wieder der Gedanke, dass, wenn alle diese Leute um mich herum dies singen, doch auch etwas daran sein muss an dieser Güte Gottes. Und dass, wenn diese Menschen Gott so erleben und daran glauben, dies auch für mich gilt und ich Gott irgendwann auch wieder als guten Gott erfahren darf, der meinen Fuss nicht straucheln lässt, mir Schatten spendet, mich vor allem Bösen beschützt und über mein Leben wacht. Amen.