

Sich geistlich selbst aufbauen Psalm 126 Zellgruppenmaterial

Psalm 126 Tränen und Jubel

1 Ein Lied für den Aufstieg zum Tempel. Als Jahwe die Gefangenen Zions befreite, / da waren wir wie Träumende. 2 Da war unser Mund mit Lachen erfüllt / und unsere Zunge mit Jubel. / Damals sagte man unter den Völkern: / "Jahwe hat Großes für sie getan!" 3 Ja, Großes hat Jahwe für uns getan! / Und wie glücklich waren wir! 4 Jahwe, wende auch jetzt unser Geschick, / so wie du im Negev die Bäche mit Wasser füllst. 5 Wer mit Tränen sät, / wird mit Jubel ernten. 6 Weinend trägt er den Saatbeutel hin, / doch mit Jubel bringt er die Garben heim.

Manche Dinge sind einfach nur unglaublich schön. Z.B. Bilder - innere, äußere, bei denen es nicht nur um eine bestimmte Bedeutung oder Deutung geht, sondern um Schönheit und Unmittelbarkeit. Ausgesprochene, gesungene oder mit Instrumenten gespielte Wahrheit in Songs, Musik und Worten können so schön sein, dass einem nur durch die Worte und den Klang der Poesie die Tränen kommen. Sie sickern sofort bis auf den Grund der eigenen Seele und tasten das Tiefenbewusstsein an. So kann es einem auch mit Psalmengebete wie dem obigen gehen.

>>> Was baut dich auf? Wie baust du dich geistlich selbst auf? Was dient dir dazu mit positiver Energie Gott und anderen Menschen gegenüber zu treten?

Drei Übungen hebt der Psalm hervor:

1) Spirituelles Erinnern (V.1-3)

Das Lied steigt ein mit einer gemeinsamen positiven Erfahrung und münzt diese dann in V.4 mit denselben Worten um in eine persönliche Anrede und Bitte. Die Zeitform kann sowohl als Vergangenheits- als auch als Zukunftsform gedeutet werden. Die Vergangenheit wertzuschätzen ist eine wichtige geistliche Übung. Sie dient dazu, sich geistlich selbst aufzubauen. „Lobe den Herrn meine Seele und vergiss nicht, was er Dir Gutes getan hat;“ oder: was er durch Dich getan hat (Ps. 103, 2). Das Spirituelle Erinnern verankert uns in Gottes Wesen und Wirklichkeit, so dass wir eine Ahnung von dem haben, was wir in der Zukunft von ihm erwarten können.

>>> Welche Merkhilfen gibt es dazu? Was hilft dir dabei, eine Atmosphäre der Dankbarkeit zu kultivieren?

2) (Wieder) Träumen (V.1)

Folgende Überzeugung kommt im Alten Testament immer wieder durch: Gott hat noch etwas Besseres auf Lager für diese Welt und für jeden Menschen in ihr.

>>> Wo sind unsere Träume? Was träumst du? Welche kleinen und großen Dinge bewegen dich für dich, andere und die Welt?

3) Unsere Tränen säen (V.4-6)

Der Psalm setzt voraus: Es ist ok Tränen zu haben. Das klingt vielleicht banal, ist aber nicht unbedingt selbstverständlich. Hier wird das Bild vom Tränen säenden Landwirt verwendet. Das ist ein Bild von Fruchtbarkeit und Wachstum.

>>> Durch welchen (Gebets-)prozess können Menschen erfahren, dass Tränen als Saat für Freude und Beziehungen dienen?