

# Psalmen...

Ev. Trinitatis-Kirchengemeinde Schleidener Tal

...für schwere Zeiten



IMPRESSUM:

Hrsg.: Ev. Trinitatis-Kirchengemeinde Schleidener Tal - März 2021  
Redaktion: Heike Hirt, Jochen Jürgens, Oliver Joswig, Christoph Ude  
ViSdP.: Christoph Ude  
Fotos: wenn nicht anders angegeben: C. Ude  
Auflage: 500

---

---

Liebe Leserinnen und Leser,

unserer Einladung, die Erfahrungen in und mit Corona einmal aufzuschreiben und miteinander zu teilen, sind Sie in vielfältiger Weise gefolgt, und es ist berührend und beeindruckend zu lesen, von welcher Hoffnung sich so viele von Ihnen getragen wissen; auf diese Weise ist im besten Sinne aus der Mitte unsere Gemeinde heraus unser „Psalm für schwere Zeiten“ erwachsen.

Wir haben versucht, Ihre Postkarten zu sortieren und in eine gemeinsame Form zu bringen. Daraus ist ein Kleinod entstanden, das von Glauben und Zweifel, von Hoffnung und von Dank erzählt.

Was uns beeindruckt hat ist, dass das Thema „Dankbarkeit“ eine solch herausragende Rolle spielt. Aus dieser Dankbarkeit heraus erwächst dann auch die Kraft, das, was vor uns liegt, mutig anzunehmen.

Heute gilt es vor allem, danke zu sagen, wahrzunehmen, mit welchem geistlichen Reichtum wir gemeinsam beschenkt sind. Dies miteinander zu teilen zu dürfen ist wirklich ein Geschenk.

Wir hoffen, dass dieses Heft Ihnen zu einer Ermutigung und Stärkung wird auf den Wegen, die vor uns liegen und wir vertrauen darauf, dass im gemeinsamen Klagen und Hoffen vor Gott Segen liegt – für unsere Welt, unser Land, unsere Kirche und Gemeinde und für jeden und jede Einzelne von uns.

Seien Sie ganz herzlich begrüßt

Ihre

*Evangelische Kirchengemeinde*

P.S.: Falls Sie weitere Hefte haben bzw. verschenken möchten, melden Sie sich gern im Gemeindebüro, dort haben wir noch Exemplare.

---

---

Dörte L



Mein Psalm für schwere Zeiten...



Von guten Mächten wunderbar geborgen,  
erwarten wir getrost, was kommen mag.  
Gott ist bei uns am Abend und am Morgen  
und ganz gewiss an jedem neuen Tag.



Dietrich Bonhoeffer

Mein Psalm für schwere Zeiten...

„Seid sanftmütig und von Herzen demütig,  
so findet ihr Ruhe für eure Seelen.“

Wörter herab zu euch  
für den so wunderbarsten Rat:  
„Seid sanftmütig und  
von Herzen demütig,  
so findet ihr Ruhe  
für eure Seelen.“



Mein Psalm für schwere Zeiten...

Die innere Leere  
darf nun gefüllt  
werden! Danke!



Mein Psalm für schwere Zeiten...

Endloses Hoffen macht das Herz  
krank, ein erfüllter Wunsch  
schenkt neue Lebensfreude

Sprüche 13/12

Liebe Kirchengemeinde  
Schleiden<sup>s</sup> Tal,  
wie liehe Grüße von  
Bend und Karin  
R  
Sehr gute Idee.



Es lohnt sich schon,  
etwas Schweres auf sich zu nehmen,  
wenn man es einem Menschen damit  
leichter macht. Stefan Zweig

Mein Psalm für schwere Zeiten...

Ich wünsche mir, dass die Menschen,  
trotz der momentanen Lage, den  
Blick für das Schöne und Helle  
im Leben nicht verlieren und  
weiter nach vorne schauen.



- Andrea S. aus Adenbreith -





Mein Psalm für schwere Zeiten...

Nicht mehr so viel Egoismus!  
Beispiel: Vor drängen bei der  
Schutzimpfung. (Corona)  
Warten bis man an der Reihe ist.

Jeremiah F.

Mein Psalm für schwere Zeiten...

Ich finde es blöd das man fast  
niemals mehr hingehen kann ohne  
eine Maske

17.02.2021

Mein Psalm für schwere Zeiten... Unter Gottes Schutz  
91 Wer unter dem Schirm des Höchsten  
sitzt / und unter dem Schatten des  
Allmächtigen bleibt, der spricht zu dem  
Herrn: / Meine Zuversicht und meine Burg, /  
mein Gott, auf den ich hoffe.  
Denn er errettet dich vom Strick des Jägers /  
und von der verderblichen Pest.

Mit freundlichen Grüßen  
M. J.





17.02.21

Mein größtes Wunsch:

Dass ich endlich wieder mit meinen  
Freundinnen und guten Bekannten  
unbeschwert zusammen sein kann,  
um gemeinsam ein paar fröhliche  
Stunden zu verbringen!

Melanie F.

## Mein Psalm für schwere Zeiten...

Als Kind wäre ich tatsächlich fast einmal ertrunken.

Die Coronazeiten und der Lockdown kommen mir auch oft vor wie ein tosendes Meer. Die bedrohlichen Wellen heißen Angst, Unstimmigkeit und Misstrauen und wollen einen ertränken.

Aber **DU**, heiliger **GOTT**, hältst meinen Kopf über Wasser! **DU** hilfst mir und ich darf Luft schnappen, bevor die nächste Welle über mir hereinbricht.

**DU** schenkst mir Kraft, Mut, Besonnenheit und inneren Frieden.

In **Deiner** schützenden Hand darf ich mein Leben geborgen wissen!

**DU** glättest die Wogen und **DU** gibst mir wieder festen Boden unter meinen Füßen.

Ich vertraue auf **Deine** Hilfe, allmächtiger **GOTT**!

Von ganzem Herzen, und so lange ich lebe, will ich **DIR** für **DEINE** Liebe danken!



\* کای خدای خود را خوب است  
به او اعتماد کنید .

\* Gott macht alles gut,  
ihr dürft ihm vertrauen

Mein Psalm für schwere Zeiten...



Mein Psalm für schwere Zeiten...

Mein Wunsch für mich und die Menschen, die unter dieser Situation besonders leiden, ist Geduld, Zufriedenheit, Vertrauen und Hoffnung. Hoffnung, das gemeinsame Gottesdienste und ein unbeschwertes Miteinander bald wieder möglich sind.

Politik u. Wirtschaft sollten  
die Pandemie als Weckruf  
verstehen, und unserer guten  
alten Erde und der ganzen  
Schöpfung eine Chance  
geben.



Mein Psalm für schwere Zeiten...

Wenn ich meine, dass ich es nicht schaffe,  
sage ich zu mir selbst, dass Gott  
mir hilft.

Ich bin dankbar dafür, dass wir  
gesund sind und ein schönes  
Familienleben haben.

Rita A



Mein Psalm für schwere Zeiten...

Tröst: - Telefon- u. Video-Anrufe  
der Kinder + Enkelkinder

Ein Bild: - Dank für die herrliche  
Winterlandschaft genossen  
bei einem kleinen Spaziergang  
- Dank an die Regierenden, die  
sich nun ernsthaft bemühen!

Dank: An die Gemeinde für  
die Gottesdienste auf  
YouTube!



## Mein Psalm für schwere Zeiten...

Es nützt ja nichts, was soll man dann machen.  
Ich singe mir dann was oder höre Musik - das hilft mir.

*Herbert R.*

Der Gedanke an meine Kinder hilft mir.  
Auch wenn wir uns nicht oft sehen können.  
Ihre Stimme am Telefon tut mir gut.

*Christa D.*

Wir sind hier ja nicht allein,  
immer ist noch jemand für uns da.  
Das tut gut.

Am besten denkt man nicht so viel über alles nach.  
Man wird sich fremd - kaum noch Kontakte.

*Else K.*

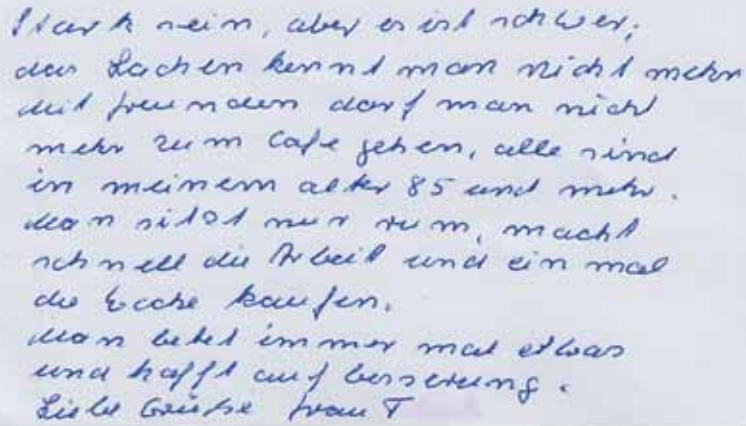
*von Bewohner\*innen EvA Gemünd*

## Mein Psalm für schwere Zeiten...

- Das Gemeinschaftsgefühl, unser Glaube an Jesus Christus, unseren Herrn, lässt uns gut vorausschauend und gerecht, auch gegenüber Andersdenkenden
  - auch aufgrund guter gemachter Erfahrungen aus der Vergangenheit mutig in die Zukunft schauen.
- Das Egoismus, Neid und Missgunst sich in Jahren so verbreitet hat und zum grossen Irrtum unserer Zeit geworden ist.
- Den Nachbarn, den Mitmenschen, der Familie mehr Zeit, Beachtung und Anerkennung geschenkt wird,
- Tröstlich ist in der grossen Not der Pandemie, das sich wieder christliches Handeln, Denken, Mitgefühl und Solidarität entwickelt und verwirklicht.
- Menschen wieder die Kraft, den Mut und die Stärke aufbringen und finden, ihren Mitmenschen zu begegnen und auch verzeihen zu können.

Michael K.

## Mein Psalm für schwere Zeiten...



Stark sein, aber es ist schwer;  
das Lachen kennt man nicht mehr  
mit Freunden darf man nicht  
mehr zum Café gehen, alle sind  
in meinem Alter 85 und mehr.  
Man sitzt nur rum, macht  
schnell die Arbeit und einmal die  
Woche kaufen.  
Man betet immer mal etwas  
und hofft auf Besserung.  
Liebe Grüsse Frau T

Stark sein, aber es ist schwer;  
das Lachen kennt man nicht  
mehr.

Mit Freunden darf man nicht  
mehr zum Café gehen, alle sind  
in meinem Alter 85 und mehr.

Man sitzt nur rum, macht  
schnell die Arbeit und einmal die  
Woche kaufen.

Man betet immer mal etwas und  
hofft auf Besserung.

Frau T.

## Mein Psalm für schwere Zeiten...

...dass du nicht erschrecken müssest... vor der Pestilenz, die im Finstern schleicht, vor der Seuche, die im Mittag verderbe ob tausende fallen zu deiner Seite und zehntausend zu deiner Rechten, so wird es doch dich nicht treffen. Denn er hat seinen Engeln befohlen, dass sie dich behüten auf allen deinen Wegen. Es wird dir kein Übel begegnen, und keine Plage wird zu deiner Hütte sich nahen.

Psalm 91.  
... dass du nicht erschrecken müssest .. vor  
der Pestilenz, die im Finstern schleicht,  
vor der Seuche, die im Mittag verderbe.  
Ob tausende fallen zu deiner Seite  
und zehntausend zu deiner Rechten,  
so wird es doch dich nicht treffen.  
Denn es hat seinen Engeln befohlen,  
über dir, dass sie dich behüten auf  
allen deinen Wegen.  
Es wird dir kein Übel begegnen,  
und keine Plage wird zu deiner Hütte  
sich nahen.

Dorothea O.

---

## Mein Psalm für schwere Zeiten...

### Apostelgeschichte 4, 23-31:

Und als man sie hatte gehen lassen, kamen sie zu den Ihren und berichteten, was die Hohenpriester und Ältesten zu ihnen gesagt hatten. Als sie das hörten, erhoben sie ihre Stimme einmütig zu Gott und sprachen: Herr, du hast Himmel und Erde und das Meer und alles, was darin ist, gemacht, du hast durch den Mund unseres Vaters David, deines Knechtes, durch den Heiligen Geist gesagt (Ps 2,1-2): »Warum toben die Heiden, und die Völker nehmen sich vor, was vergeblich ist? Die Könige der Erde treten zusammen, und die Fürsten versammeln sich wider den Herrn und seinen Christus.« Wahrhaftig, sie haben sich versammelt in dieser Stadt gegen deinen heiligen Knecht Jesus, den du gesalbt hast, Herodes und Pontius Pilatus mit den Heiden und den Stämmen Israels, zu tun, was deine Hand und dein Ratschluss zuvor bestimmt haben, dass es geschehen sollte. Und nun, Herr, sieh an ihr Drohen und gib deinen Knechten, mit allem Freimut zu reden dein Wort. Strecke deine Hand aus zur Heilung und lass Zeichen und Wunder geschehen durch den Namen deines heiligen Knechtes Jesus. Und als sie gebetet hatten, erbebt die Stätte, wo sie versammelt waren; und sie wurden alle vom Heiligen Geist erfüllt und redeten das Wort Gottes mit Freimut.

---

Mein Psalm für schwere Zeiten...

Gütiger Gott ich bitte von Herzen  
für den Zusammenhalt in unserer  
Familie. Unsere erwachsenen Kinder  
haben unterschiedliche Einstellungen  
zu den Vorsichtsmaßnahmen in der  
Coronakrise. Ich bete um gegenseitiges  
Verständnis und friedlichen Zusammenhalt.

Coronazeit:

Je kaputter die Welt draußen,  
desto heiler muss sie zu Hause sein.

Echte Freunde findest du nur  
im richtigen Leben und  
nicht in sozialen Netzwerken.



### Mein Psalm für schwere Zeiten...

Gott gebe mir die Gelassenheit,  
Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann,  
den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann  
und die Weisheit, das eine vom anderen zu  
unterscheiden.



Mein Psalm für schwere Zeiten...

Sprüche, Kap 3  
Salomo

Ein jegliches hat seine Zeit,  
und alles Vornehmen unter dem  
Himmel hat seine Stunde.



---

## Mein Pslam für schwere Zeiten...

Ich bin dankbar:

- für die Steuern, die ich zahle, weil das bedeutet, ich habe Arbeit und Einkommen,
  - für die Hose, die ein bisschen eng sitzt, weil das bedeutet, ich habe genug zu essen;
  - für das Durcheinander nach der Feier, das ich aufräumen muss, weil das bedeutet, ich war von lieben Menschen umgeben;
  - für den Rasen, der gemäht, die Fenster, die geputzt werden müssen, weil das bedeutet, ich habe ein Zuhause;
  - für die laut geäußerten Beschwerden über die Regierung, weil das bedeutet, wir leben in einem freien Land und haben das Recht der freien Meinungsäußerung;
  - für die Parklücke, ganz hinten in der äußersten Ecke des Parkplatzes, weil das bedeutet, ich kann mir ein Auto leisten;
  - für die Frau in der Gemeinde, die hinter mir sitzt und falsch singt, weil das bedeutet, dass ich gut hören kann;
  - für die Wäsche und den Bügelberg, weil das bedeutet, dass ich genug Kleidung habe;
  - für die Müdigkeit und die schmerzenden Muskeln am Ende des Tages, weil das bedeutet, ich bin fähig hart zu arbeiten;
  - für den Wecker, der morgens klingelt, weil das bedeutet, mir wird ein neuer Tag geschenkt!
-

## Mein Psalm für schwere Zeiten...

Für mich ist es ein Trost zu wissen, dass in all der Liebe und Plage, die das Leben auch für uns bereithält, ich nicht alleine bin. Ich muss nicht selbst alles schaffen, alles überwinden oder aushalten.

So ist mir der Psalm 37 ein großer Helfer in manchen schwierigen Zeiten.

"Befiehl dem Herrn deine Wege und laß dich auf Ihn, es wird's wohlwachen."

Ja, las lassen und geschehen lassen  
sind oft hilfreiche Tugenden, wenn  
eigener nicht mehr weiter weiß.  
Noch ausdrücklicher schreibt es Paul  
Gestand in seine Lied.

"der Wolke, dieft und Winde  
gibt Wege Lauf und Boh,  
der wad auch Wege fuder.  
da weni Tiß gone Rau.

Gott befohen

St. D



## Mein Psalm für schwere Zeiten...

„Erst am Ende  
unseres Lebensweges  
stehen die Antworten  
auf die Fragen  
ohne Antworten!“

Michaël F.

Befehl dem Herrn deine Wege  
und hoffet auf ihn;  
er wirds wohl machen!



---

---

Du Gott bist!

Die Sonne ist das Zeichen deiner Herrlichkeit,  
der Ursprung und Grund aller Schöpfung.

Du Gott bist über allem, was lebt.

Deine Güte und Barmherzigkeit ist alles,  
denn mein Leben hängt an deiner Gnade.

Du hast mich bei meinem Namen gerufen,  
und ich bin dein.

Du hast mich erlöst,  
erlöst von der Macht der Feinde in meiner Seele,  
die nach meinem Leben trachten.

Aber ich vertraue auf dich.

Immer und immer denke ich an dich,  
verkümmere, wenn ich dich vergesse.

Deshalb suche ich dich im Gottesdienst, im Klang, in der Wärme.

In meiner Sehnsucht nach dir.

Erhalte mir die Sehnsucht, rüttle mich,  
wenn ich mich in die innere Wüst verirre.

Rufe mich bei meinem Namen, damit ich mich nach dir strecke.

---

---



## Mein Psalm für schwere Zeiten...

Eine Begegnung die mir nicht mehr  
aus dem Kopf geht!

Eine Krankenschwester der Intensiv-  
station berichtete; Ein Patient  
sagte zu mir, "Schwester ich habe  
keine Angst vor Corona, ich habe  
Angst alleine zu sterben."

Warum hat keiner dem Patienten einen  
Psalm aus der Bibel vorgelesen?

## Mein Psalm für schwere Zeiten

„Wie fröhlich bin ich aufgewacht,  
wie hab ich geschlafen so sanft die Nacht!“

Dieses Kindergebet kommt mir in den Sinn,  
wenn ich morgens nach erholsamem Schlaf aufstehe.

Aber nicht immer komme ich zur Ruhe.

Oft plagen mich Kummer und Sorgen,  
dass ich nicht in den Schlaf komme.

Es ist die Angst um einen lieben Menschen,  
vor Krankheit, vor der Zukunft.

Die schwindende eigene Kraft lässt bange werden.

Wenn dann der Morgen kommt, es wieder hell wird, ich in der Bibel lesen kann,  
werde ich wieder dankbar. Ich bin getröstet durch Gottes Wort, kann wieder die  
Hände falten und beten. Im Zwiegespräch mit dem Vater seinem Sohn Jesus fühle  
ich wieder eine neue Stärke für das Leben. Das tut gut.

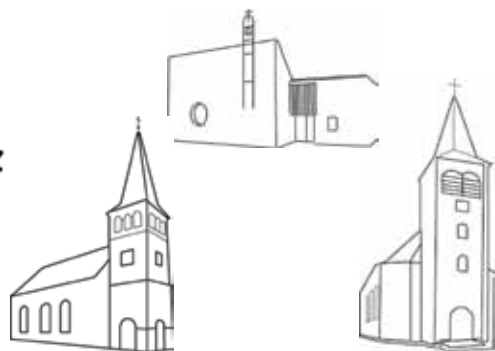
**„Herr dein Wort, die edle Gabe, diesen Schatz erhalte mir!“ EG 198**



Mein Psalm für schwere Zeiten...

Psalm 71

Bitte um Gottes Schutz  
bis ins Alter.



Mein Wunsch für die Zukunft:

Einen Gottesdienst  
ohne Maske im Gesicht  
ohne Abstand 1,50m.



Alfred



## Mein Psalm für schwere Zeiten...

Mein Konfirmationspruch von 1948  
gibt mir Kraft. Er lautet:

Glab ich, Gnade vor deinem Augen  
gefunden, so gehe der Flett  
in unserer Mitte. 2 Mose 34, 9.

Auch in Corona-Zeiten habe ich Grund  
zu danken.

Alles Gute und frohe Ostern.

## Mein Psalm für schwere Zeiten...

### Psalm 27, Zuversicht in Gott.

Dieser Psalm hat mich durch meine Zeit der Krebskrankung begleitet.

Immer wieder habe ich diesen Psalm gelesen. Er erfüllte mich mit großer Ruhe. Selbst vor der großen OP. hatte ich keine Angst. In diesem Psalm ist die Rede von einem Zelt, ich war in diesem Zelt, fühlte mich geborgen. Angst und Sorgen waren weg

prollten am Krankenbett ab. Noch Heute bete  
ich, Herr bitte lass mich in deinen Zelt bleiben,  
mit dir schaffe ich Alles. Lob meine  
Krebskrankung noch nicht abgeschlossen.  
Aber bin voller Optimismus

Leider ist dieser Psalm zu lang, um ihn  
aufzuschreiben.

Mein Psalm für schwere Zeiten...

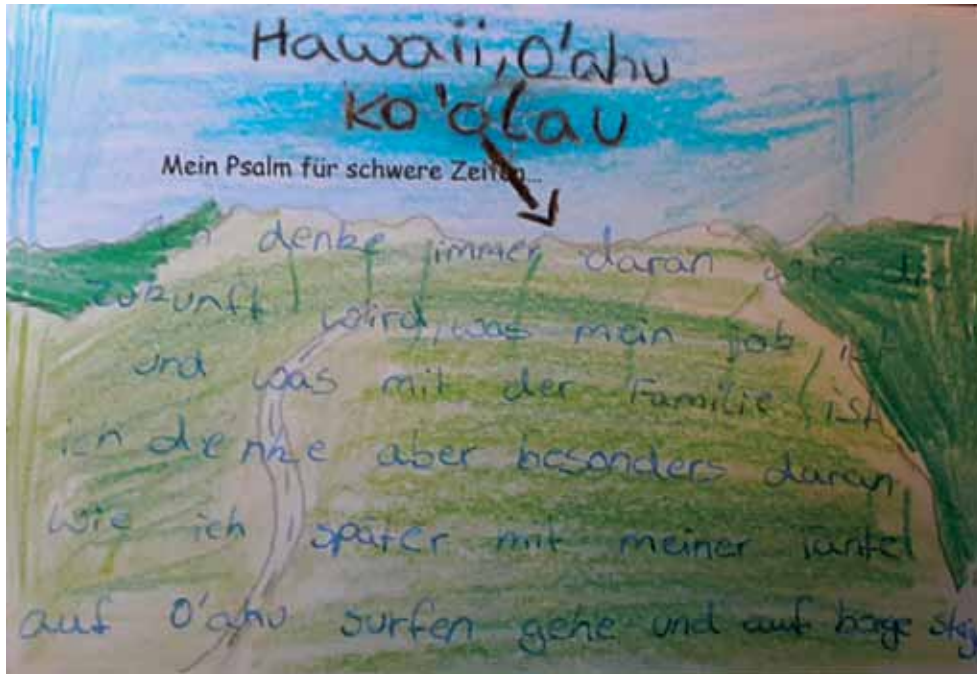
Ich bin froh und dankbar für  
meine Freunde, die mich trotz  
dieser schweren Zeit nie alleine  
lassen und Wege finden 'zusammen'  
zusein!

Ein Hoffnungsschimmer am



Horizont ist mein Patentkind,  
das am 3. 2. 21 mitten in der  
Pandemie zur Welt kam + am  
12. 6. 21 (mein 17. Hochzeitstag!) ge-  
tauft wird!

Bianca G.



## Hawaii, O'ahu Ko`olau

Ich denke immer daran wie die Zukunft wird, was mein Job ist und was mit der Familie ist.

Ich denke besonders daran, wie ich später mit meiner Tante auf O'ahu surfen gehe und auf die Berge steige.

---

---

Mein Psalm ist der Psalm 23. Er spendet mir viel Kraft und Ruhe in dieser schweren Zeit. Elfriede B.

### Psalm 23

Der Herr ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln.

Er weidet mich auf einer grünen Aue und führet mich zum frischen Wasser.

Er erquicket meine Seele.

Er führet mich auf rechter Straße um seines Namens willen.

Und ob ich schon wanderte im finstern Tal, fürchte ich kein Unglück;  
denn du bist bei mir,

dein Stecken und Stab trösten mich.

Du bereitest vor mir einen Tisch im Angesicht meiner Feinde.

Du salbest mein Haupt mit Öl und\_schenkest mir voll ein.

Gutes und Barmherzigkeit werden mir folgen mein Leben lang,  
und ich werde bleiben im Hause des Herrn immerdar.

---

---

## Mein Psalm für schwere Zeiten...

ich hoffe das ich mit meiner Familie so  
wie wir es vorhaben dieses Jahr im Juli  
zusammen Urlaub machen können,  
wenn nicht, bin ich auch zufrieden  
weil man kann sich keine  
Zufriedenheit kaufen.



Mein Psalm für schwere Zeiten - Zitate:

Ein neues Leben kann  
man nicht anfassen,  
aber täglich einen neuen  
Tag. H.D. Thoreau

Vergangenheit ist Ge-  
schichte, Zukunft ist  
Geheimnis, aber jeder  
Augenblick ein Geschenk.

Tina Turner





Dieser Bibel-Vers, "Sprüche 16, 9" stand vor langer Zeit in einer Zeitung, er begleitet uns seit unserer Trauung - hilft uns, unsere Herausforderungen einzuordnen. Dafür sind wir sehr dankbar. Annette u. Jochen J.

Des Menschen Herz erdenkt sich seinen Weg;  
aber der Herr allein lenkt seinen Schritt.  
Sprüche 16, 9

Das Leben wird vorwärts gelebt und rückblickend verstanden.  
Sören Kierkegaard



© pixabay.de/Montage: Hieke

Dieser Psalm gibt für mich kurz und knapp am ehesten wieder, dass das Vertrauen auf Gott in schwierigen Zeiten Halt gibt.  
Es gibt immer Hoffnung. Daran zu glauben macht glücklich.

Hannelore H.



Nur der Reis, den wir zusammen teilen,  
ernährt.

Nur das Wasser, das wir zusammen trinken,  
löscht den Durst.

Nur der Kampf, den wir zusammen führen,  
bringt Befreiung.

Nur die Kleider, die wir teilen,  
machen schön.

Nur die Wörter, die wir zusammen finden,  
hört man.

Nur der Weg, den wir zusammen gehen,  
hat ein Ziel.

Nur das Ziel, das wir zusammen teilen,  
ist erreichbar.

Nur der Frieden, den wir zusammen machen,  
wird weltweit.

unbekannter Dichter aus Suriname

### Mein Psalm für schwere Zeiten...

Uns fehlt bei der Gleichförmigkeit des Tages die Vorfreude. Die Vorfreude auf ein Konzert zum Jubiläum, diese Pasten wie schon seit Weihnachten 2019 zuhause haben, die Vorfreude auf die Stimmung und die Hymne im Rhein Energie Stadion, aber auch die Vorfreude auf "kleine" Ereignisse: Eine unbedachte Tasse Cappuccino im Straßencafé, eine Wälderwanderung....

Sophie, Hannah, Gudrun & Marc K.



### Vorfreude

Bilbo hat honigfarbene Augen. Sobald ich in der Küche stehe und Müsli in eine Schüssel kippe oder fürs Abendessen mit den Nudeln raschele, kommt er und stellt sich erwartungsfroh in den Weg. Bilbo hat den sehnsuchtsvollsten Blick, den man sich vorstellen kann. Oh bitte, scheint er zu sagen, nur ein Stück Möhre/Wurst/Zwiebel würde mich zum glücklichsten Hund aller Zeiten machen. Bilbo bekommt nie etwas. Und dennoch ist Bilbo zur Stelle, sobald es in der Küche raschelt. Und wartet und guckt. Man könnte Bilbos Leben für eine einzige Enttäuschung halten. Oder eine glückliche Erwartung. Ein Dasein voller Vorfreude. Bilbo ist ein heiterer Hund, also tippe ich auf Letzteres.

SUSANNE NIEMEYER

aus "Wandellos"  
Rein Fester-Wegweiser 2021

Mein Psalm für schwere Zeiten...

Bitte lieber Gott, lass das Coronavirus so schnell wie es nur geht wieder verschwinden. Damit wir alle wieder ins normale Leben zurückkehren können.

Mein Psalm für schwere Zeiten...

“Alles nimmt ein gutes Ende für den, der warten kann.”

Mein Psalm für schwere Zeiten...

Ich wünsche allen die nötige Kraft diese Zeit durch zuhalten.

Allen Kranken, das sie schnell gesund werden.

\* Tolstoi \*

Mein Psalm für schwere Zeiten... Ich hebe meine Augen  
auf zu den Bergen.

Woher kommt mir Hilfe?

Meine Hilfe kommt vom Herrn,

der Himmel und Erde gemacht hat.

Er wird deinen Fuß nicht gleiten lassen,

und der dich behütet, schläft nicht.

Siehe, der Feind von Sion schläft noch

schlummert nicht.

Der Herr behütet dich,

der Herr ist dein Schatten über deiner rechten

Hand, daß dich des Tages die Sonne nicht

steche noch der Mond des Nachts.

Der Herr behüte dich vor allem Übel,

er behüte deinen Ausgang und Eingang

von nun an bis in Ewigkeit.

eine Bitte, um baldigen Gottesdienst mit Abendmahl  
in unserer Kirche.

Tröst, finde ich im Sonntagsgottesdienst, per Fernseher  
mein Wunsch für Zukunft:

ein baldiges Wieder Zusammensein mit der ganzen  
Familie, und durch Ende der Pandemie.



Herminie G.

Mein Psalm für schwere Zeiten... 121

"Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen. Woher kommt mir Hilfe?"

Zum ersten Mal ist mir dieser Psalm so richtig bewusst geworden, als ich mit meiner Schwester vor mehr als 70 Jahren im Mädchenchor den 3-stimmigen Satz für Frauenchor von Felix Mendelssohn-Bartholdi gesungen habe. Erst vor Kurzem haben wir Beide, sie in Berlin - ich in der Eifel am Telefan ds. Psalm zusammen gesungen. Es war wie ein kleiner

Lichtblick in dunklen Corona - Zeiten!

Ganz bis zu Ende haben wir es wohl nicht geschafft.

Rosemarie K



© A. J.

Noch nie hat mich ein Wegekreuz so beeindruckt wie dieses auf dem Foto. Ich entdeckte das Kruzifix vor vielen Jahren an der Landstraße in der Nähe der Benediktinerinnen - Abtei „Maria Frieden“ bei Kirchschletten in Franken.

Seitdem ist es für mich das Bild mit der tröstlichsten christlichen Geste. Der Arm Christi, der sich zu mir herabneigt, gibt mir immer wieder viel neue Kraft.

Annette J.



## Mein Psalm für schwere Zeiten

Gott, ich weiß,  
dass du an meiner Seite bist,  
dass du mich hältst,  
dass du mir den Rücken stärkst,  
dass du mich trägst,  
dass du mich nur in solche Situationen bringst,  
weil du weißt,  
dass ich sie schaffen kann.

Gott, ich weiß,  
dass du mir Menschen an meine Seite führst,  
die mich durch schwere Situationen begleiten  
und mich stärken.

Gott, ich danke dir,  
dass ich all das weiß  
und auf dich vertrauen kann.  
So kann ich meinem Leben in Zuversicht begegnen.

*Esther L.*



---

---

## Psalm 27

Der Herr ist mein Licht und mein Heil; vor wem sollte ich mich fürchten?

Der Herr ist meines Lebens Kraft; vor wem sollte mir grauen?

Wenn die Übeltäter an mich wollen, mich zu verschlingen,  
meine Widersacher und Feinde, müssen sie selber straucheln und fallen.

Wenn sich auch ein Heer wider mich lagert, so fürchtet sich dennoch mein Herz nicht;  
wenn sich Krieg wider mich erhebt, so verlasse ich mich auf ihn.

Eines bitte ich vom Herrn, das hätte ich gerne:

dass ich im Hause des Herrn bleiben könne mein Leben lang,  
zu schauen die schönen Gottesdienste des Herrn und seinen Tempel zu betrachten.

Denn er deckt mich in seiner Hütte zur bösen Zeit,  
er birgt mich im Schutz seines Zeltes und erhöht mich auf einen Felsen.

Und nun erhebt sich mein Haupt über meine Feinde, die um mich sind;  
so will ich opfern in seinem Zelt mit Jubel,  
ich will singen und Lob sagen dem Herrn.



---

---

Herr, höre meine Stimme, wenn ich rufe; sei mir gnädig und antworte mir!  
Mein Herz hält dir vor dein Wort: »Ihr sollt mein Antlitz suchen.«  
Darum suche ich auch, Herr, dein Antlitz.  
Verbirg dein Antlitz nicht vor mir, verstoße nicht im Zorn deinen Knecht!  
Denn du bist meine Hilfe; verlass mich nicht und tu die Hand nicht von mir ab, du Gott meines Heils!  
Denn mein Vater und meine Mutter verlassen mich,  
aber der Herr nimmt mich auf. Herr, weise mir deinen Weg  
und leite mich auf ebener Bahn um meiner Feinde willen.  
Gib mich nicht preis dem Willen meiner Feinde!  
Denn es stehen falsche Zeugen wider mich auf und tun mir Unrecht.  
Ich glaube aber doch, dass ich sehen werde  
die Güte des Herrn im Lande der Lebendigen.  
Harre des Herrn! Sei getrost und unverzagt und harre des Herrn!

---

---

Lasst unsere Gedanken und Herzen  
nicht von Angst beherrschen,  
sondern von dem Glauben an bessere Zeiten!

Familie P.

