

Psalm 71

Psalm 71 ist ein ermutigendes Gebet eines Menschen, der auf ein bewegtes Leben zurückblickt und trotz vieler Herausforderungen sein Vertrauen auf Gott setzt. Der Beter spricht offen über seine Ängste und Schwächen, erinnert sich aber auch an Gottes treue Begleitung von Jugend an. Dieser Psalm lädt uns ein, unsere Hoffnung stets auf Gott zu setzen und ihn immer mehr zu loben, egal in welcher Lebensphase wir uns befinden.

1. Vertrauen trotz Herausforderungen

Reflexion:

- ☐ Nimm dir Zeit, um über aktuelle Herausforderungen in deinem Leben nachzudenken.
- ☐ Frage dich: Wo fühle ich mich überfordert oder schwach? Welche Sorgen belasten mich?

Aufgabe:

- ☐ **Schreibe diese Herausforderungen auf und bringe sie im Gebet vor Gott.**
- ☐ **Drücke ehrlich aus, wie es dir geht, und bitte Gott um seine Hilfe und Führung.**

2. Erinnerung als Kraftquelle

Reflexion:

- ☐ Erwinnere dich an Situationen in deinem Leben, in denen du Gottes Unterstützung erfahren hast.
- ☐ Überlege, welche Momente dir besonders deutlich zeigen, dass Gott dir nahe war.

Aufgabe:

- ☐ **Führe ein Dankbarkeitstagebuch: Schreibe diese Erinnerungen auf und notiere täglich drei Dinge, für die du dankbar bist.**
- ☐ **Lies diese Einträge regelmäßig durch, um dich in schweren Zeiten daran zu erinnern, dass Gott stets an deiner Seite ist.**

3. Weitergeben, was uns trägt

Reflexion:

- ☐ Überlege, wer in deinem Umfeld Ermutigung gebrauchen könnte.

- ☐ Gibt es jemanden, der gerade eine schwierige Zeit durchmacht?

Aufgabe:

- ☐ **Suche das Gespräch:** Nimm Kontakt zu dieser Person auf, teile deine Erfahrungen und höre aufmerksam zu.
- ☐ **Biete deine Unterstützung an und ermutige sie, ebenfalls auf Gott zu vertrauen.**



PUR & KREATIEF-Podcast zu diesem Psalm anhören:

<https://bibletones.de/books/psalmen/psalm-71>

"Psalmen neu erleben" ist eine Produktion von www.bibletones.de.