



## Er weiß sehr gut was wir brauchen und schenkt uns sein Erbarmen

*Und wenn ihr betet, sollt ihr nicht viel plappern wie die Heiden; denn sie meinen, sie werden erhört, wenn sie viele Worte machen.*

Unser Herr Jesus Christus

Abba (*Vater*) Makarius wurde gefragt:

„Wie soll man beten?“

Der alte Mann sagte:

„Es gibt keinen Grund für lange Gespräche. Es ist genug die Hände (*zu Gott*) auszustrecken und zu sagen:

**„Herr, erbarme dich meiner, deinem Willen und deinem Wissen gemäß.“**

Wenn der Kampf schlimmer wird, sprich:

**„Herr, hilf mir!“**

Er weiß sehr gut was wir brauchen und schenkt uns sein Erbarmen.“



## Ein Bußpsalm

*1 Dem Vorsänger. Ein Psalm Davids. 2 Als der Prophet Nathan zu ihm kam, weil er zu Bathseba eingegangen war:*

3 O Gott, sei mir gnädig nach deiner Güte; tilge meine Übertretungen nach deiner großen Barmherzigkeit! 4 Wasche mich völlig [rein] von meiner Schuld und reinige mich von meiner Sünde; 5 denn ich erkenne meine Übertretungen, und meine Sünde ist allezeit vor mir. 6 An dir allein habe ich gesündigt und getan, was böse ist in deinen Augen, damit du recht behältst, wenn du redest, und rein dastehst, wenn du richtest. 7 Siehe, in Schuld bin ich geboren, und in Sünde hat mich meine Mutter empfangen. 8 Siehe, du verlangst nach Wahrheit im Innersten: so lass mich im Verborgenen Weisheit erkennen! 9 Entsündige mich mit Ysop, so werde ich rein; wasche mich, so werde ich weißer als Schnee! 10 Lass mich Freude und Wonne hören, damit die Gebeine frohlocken, die du zerschlagen hast. 11 Verbirg dein Angesicht vor meinen Sünden und tilge alle meine Missetaten! 12 Erschaffe mir, o Gott, ein reines Herz, und gib mir von Neuem einen festen Geist in meinem Innern! 13 Verwirf mich nicht von deinem Angesicht, und nimm deinen heiligen Geist nicht von mir. 14 Gib mir wieder die Freude an deinem Heil, und stärke mich mit einem willigen Geist! 15 Ich will die Abtrünnigen deine Wege lehren, dass sich die Sünder zu dir bekehren. 16 Errette mich von Blutschuld, o Gott, du Gott meines Heils, so wird meine Zunge deine Gerechtigkeit jubelnd

rühmen. 17 Herr, tue meine Lippen auf, damit mein Mund dein Lob verkündige! 18 Denn an Schlachtopfern hast du kein Wohlgefallen, sonst wollte ich sie dir geben; Brandopfer gefallen dir nicht. 19 Die Opfer, die Gott gefallen, sind ein zerbrochener Geist; ein zerbrochenes und zerschlagenes Herz wirst du, o Gott, nicht verachten. 20 Tue wohl an Zion nach deiner Gnade, baue die Mauern Jerusalems! 21 Dann wirst du Gefallen haben an Opfern der Gerechtigkeit, an Brandopfern und Ganzopfern; dann wird man Stiere darbringen auf deinem Altar!

Psalm 50

[www.gott-ist-gebet.de](http://www.gott-ist-gebet.de)