

² Mit lauter Stimme schrei ich zum HERRN, laut flehe ich zum HERRN um Gnade. ³ Ich schütte vor ihm meine Klage aus, tue vor ihm kund meine Drangsal.

⁴ Wenn auch in mir mein Lebensgeist schwindet: Meinen Pfad, du kennst ihn. Auf dem Weg, den ich gehe, stellten sie mir eine Falle.

⁵ Blicke zur Rechten und schaue: Niemand ist da, der mich beachtet. **Mir ist jede Zuflucht genommen, niemand fragt nach meinem Leben.**

⁶ Zu dir, HERR, habe ich geschrien, ich sagte: Du bist meine Zuflucht, mein Anteil im Land der Lebenden. ⁷ Vernimm doch meinen **Notschrei**, denn ich bin tief erniedrigt. Errette mich vor meinen Verfolgern, denn sie sind mir zu mächtig!

⁸ Führe doch mein Leben heraus aus dem Kerker, damit ich deinen Namen preise! Um mich werden sich Gerechte scharen, denn **du tust mir Gutes.**

Psalm 142: Hilferuf in schwerer Bedrängnis

Diesen Psalm beten wir an Freitagen in der Vesper. Dies legt nahe, ihn auch als Gebet zu sehen, das das Leiden unseres Herrn zur Sprache bringt. *Führe mein Leben heraus aus dem Kerker*: das kann man als Christ nur im Wissen beten, dass dem Kerker des Todes der Tag der Auferstehung gefolgt ist.

Aber in der Wirklichkeit unseres Lebens ist es noch nicht so weit. Noch sind die Erfahrungen von Aussichtslosigkeit und Sinnlosigkeit so vorherrschend, dass der Notschrei als das einzig Mögliche erscheint.

Was aber ist, wenn wir den Eindruck haben: Niemand hört uns? Oder: Niemand nimmt wahr, wie es mir *wirklich* geht? Wenn unser Leid nicht offen zutage liegt (und dadurch auch Hilfe leichter möglich wäre), sondern uns im Inneren quält? Oft merken andere ja den Zweifel, der in uns nagt, die schweren Sorgen, die uns seelisch quälen, gar nicht – und es ist ja nicht einfach, manchmal unmöglich, anderen begreiflich zu machen, in welchen Drangsalen wir gleichsam gefangen sind!

Das Ende des Psalms ist seltsam: Eben wurde noch um Befreiung aus dem *Kerker* gebetet und gewissermaßen unvermittelt spricht der letzte Satz vom Gotteslob inmitten einer Schar von *Gerechten*. Der Betende schließt also gewissermaßen mit einem Blick darauf, wie es sein wird, wenn Gott rettet. Seine »Vorleistung« für das erhoffte Heil ist, dass er Gott zutraut, ihm den *Lebensgeist* wieder zu geben, mit anderen Worten zu sagen: Herr, du wirst mein Elend sehen und es zu einem guten Ende führen. Wenn Jesus am Kreuz ruft: Es ist vollbracht! klingt auch dieses Vertrauen an: Gott, ich bin sicher, *du tust mir Gutes*.



<https://www.fotocommunity.de/photo/todesangst-franziska-k-aus-dem-herzen-der-schweiz-u/11963672>