

Mit den Psalmen klagend beten

Das Schweigen zu durchbrechen und sich klagend an Gott zu wenden, ist ein heilsamer Weg, eigenem und fremdem Schmerz zu begegnen. Die biblischen Klagepsalmen sind eine gute Gebets-Schule. Sie bieten uns Worte an, die unsere Traurigkeit und Wut, unsere Enttäuschung und unsere Zweifel unzensuriert zur Sprache bringt. Martin Luther schreibt in seiner Vorrede zum Psalter (1528): „Wo findet man feinere Worte von Freuden, als die Lobpsalmen oder Dankpsalmen haben? Da siehst du allen Heiligen ins Herz wie in schöne lustige Gärten, ja wie in den Himmel... Wiederum, wo findest du tiefere, kläglichere, jämmerlichere Worte von Traurigkeit als die Klagepsalmen haben? Da siehst du abermal allen Heiligen ins Herz wie in den Tod, ja wie in die Hölle.“¹

1 Die Klagepsalmen

Die biblischen Klagepsalmen werden in zwei Gattungen unterteilt:²

1. Die „Klagebitte des Einzelnen“

Einzelne Beter bringen ihre Klage vor Gott und bitten ihn, dass er die Not wendet. Zu den Klagebitten des Einzelnen gehören die Psalmen: 3; 4; 5; 6; 7; 13; 17, 22; 25; 26; 27; 28; 35; 38; 39; 42; 43; 51; 54; 55; 56; 57; 59; 64; 69; 70; 86; 88; 102; 109; 140; 141; 142; 143.

In diesen Psalmen werden Klagen laut, die auf besondere Leiderfahrungen in der Gegenwart bezogen werden können – auch wenn sie nicht unbedingt dem damaligen Entstehungskontext entsprechen:³

Psalm	Mögliche individuelle Leiderfahrung in der Gegenwart
3	Einer feindlichen, bedrängenden Übermacht ausgeliefert
5	Verleumdung, Heuchelei
6	Seelische Not, Depression, Krankheit, (sexueller) Missbrauch
7	Falschanklage, Rechtsbeugung
13	(anhaltende) Gottverlassenheit, Lebensverunsicherung
17	Verleumdung, Heimtücke, Todesdrohung
22	Ausgeliefertsein, Angst, Verzweiflung, Gottferne
28	Falschanklage, Vergeltung
38	Krankheit, Vergehen/Schuld, Verlassenheit
39	Hinfälligkeit/Todesnähe, Krankheit, Schuld
42f	Seelennot, Depression, Trauer, Heimweh/Sehnsucht
51	Sünde(nbekenntnis), Zerbrochenheit
55	Lebensbedrohung (aus engstem Umfeld), (sexueller) Missbrauch
56f	Nachstellungen, Kränkungen (Mobbing)
59	Verleumdung, Nachstellung
64	Verschwörung
69	Verzweiflung, Entfremdung, Verspottung
70	Verspottung, Schadenfreude
88	Finsternis, Todesnähe, Krankheit, Aussichtslosigkeit, Isolierung
102	Psycho-somatisches Leiden
109	Verleumdung, Falschanklage, Angriff auf Angehörige
140	Verleumdung, Hinterhältigkeit
142f	(Feind-)Bedrängnis, Verlassenheit

¹ Martin Luthers Vorreden zur Bibel. Hg. von Heinrich Bornkamm, Bielefeld 1982, S.67.

² Bezeichnung der Gattungen nach Beat Weber, Werkbuch Psalmen III, Stuttgart 2010. Die Bezeichnung der klassischen alttestamentlichen Formgeschichte (z.B. von Hermann Gunkel) lautet „Klagelied des Einzelnen“ und „Klagelied des Volkes“.

³ Zusammenstellung nach Beat Weber, ebd. S.60f.

2. Die „Klagebitte des Volkes“

Eine größere Gruppe von Menschen klagt Gott ihr Leid. Meist stehen kollektive Katastrophen im Hintergrund: militärische Niederlage, Zerstörungen, Plünderungen, Epidemien, Hungersnöte. Zu den Klagebitten des Volkes zählt man die Psalmen 44; 60; 74; 79; 80; 83; 85.

Selbst wenn wir selbst nicht durch drastische Notlagen betroffen sind, kann uns das Beten dieser Worte mit Glaubensgeschwistern in der ganzen Welt verbinden. Mögliche Leiderfahrungen sind:

Psalm	Mögliche kollektive Leiderfahrung in der Gegenwart
44	(Bürger-)Krieg, Verfolgung
60	Naturkatastrophe (v.a. Erdbeben)
74	Zerstörung kirchlicher Gebäude, Gotteslästerung, Beleidigung, Plünderung, Unterdrückung, Verfolgung
79	Zerstörung kirchlicher Gebäude, Verfolgung und Martyrium
80	Spott, schutzloses Ausgeliefert-Sein, große Traurigkeit
83	Systematische Verfolgung, Vernichtungsversuche
85	Kollektive Schuld, Verblendung

2 Sprachliche Bilder und Symbole

Die Klagepsalmen bieten zahlreiche sprachlichen Bilder und Symbole. Sie können helfen, den eigenen Schmerz zu verstehen und in Worte zu fassen.⁴

Sprachliche Bilder und Symbole	Psalmverse (in Auswahl)
Ausgeschüttet wie Wasser	Ps 22,15
Durchweinte Nacht	Ps 6,7
Ein Wurm, kein Mensch mehr	Ps 22,7
Finsteres Tal	Ps 23,4
Gefangen im Netz	Ps 31,5; Ps 57,7
Gottes bedrängende Hand	Ps 38,3; 39,11
Heiser geschrien	Ps 69,4
Im Fadenkreuz der Feinde	Ps 11,1
Im tiefen Loch	Ps 69,16
In Finsternis und Tiefe	Ps 88,7
Isoliert und einsam	Ps 88,19
Mein Herz – wie verdorrtes Gras	Ps 102,44
Mein Körper - ein von Motten zerfressenes Kleid	Ps 39,12
Mein Leben – vergangen wie Rauch	Ps 102,4
Mitten unter Löwen	Ps 57,5
Müde vom Weinen	Ps 6,7
Staub des Todes	Ps 22,16
Stricke des Todes	Ps 18,5
Tränen	Ps 6,7; Ps 39,13; Ps 42,4
Überflutet	Ps 18,5; 42,8; 69,3; 88,8
Übervoll an Leiden	Ps 88,4
Umzingelt von Leid	Ps 40,13
Verletzt durch scharfe Worte	Ps 57,5
Versinken im Schlamm	Ps 69,3
Voller Schmerzen	Ps 69,30
Von Gott angeschossen	Ps 38,3
Von wilden Tieren umgeben	Ps 22,13

⁴ Weitere Anregungen: Ulrich Heckel, Schwachheit und Gnade, Stuttgart 1997, S.227-230.

Wasser bis an den Hals	Ps 69,2
Wie ein einsamer Vogel	Ps 102,8
Zerbrochenes Gefäß	Ps 31,13

3 Anregung: Psalmtagebuch

Um den Reichtum der Psalmen zu erschließen, kann ein Psalmtagebuch eine Hilfe sein.

- Jeden Tag einen Psalm lesen und beten.
- Die sprachlichen Bilder und Symbole notieren oder zeichnen.
- Verse zum Auswendiglernen abschreiben.
- In welcher Situation finde ich mich in den Worten des Psalms wieder? Für wen in meiner Familie, in meinem Freundes- und Bekanntenkreis, in meiner Gemeinde oder in der weiten Welt will ich heute diese Worte beten?

Noch einmal Luther: „Billig wollte ein jeder Christ, der beten und andächtig sein will, den Psalter lasen sein täglich Betbüchlein sein. Und auch wohl gut wäre, daß ein jeglicher Christ denselben so übet und so geläufig darin würde, daß er ihn von Wort zu Wort auswendig könnte und immer in dem Mund hätte, so oft ihm etwas vorkäme zu reden oder zu tun, daß er einen Spruch daraus führen und anziehen könnte, wie ein Sprichwort.“⁵

Pfr. Dr. Dirk Kellner, Steinen.

⁵ Martin Luthers Vorreden zur Bibel. Hg. von Heinrich Bornkamm, Bielefeld 1982, S.72.