EVANGELISCHES RUNDFUNKREFERAT NRW / KIRCHE IM WDR

Ev. Rundfunkreferat NRW / Kirche im WDR - Hans-Böckler-Str. 7 - 40476 Düsseldorf
TELEFON: 0211-41 55 81-0 - buero@rundfunkreferat-nrw.de - www.kirche-im-wdr.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Ev. Rundfunkreferat NRW. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 3 | 28.09.2026 07:50 Uhr | Ulf Schlüter

Nachtkampf

Guten Morgen!
Und – gut geschlafen? Womöglich sogar: DURCHgeschlafen? Tief und fest vom Abend bis zum Morgen? Wenn ja: Herzlichen Glückwunsch! Der Tag gehört Ihnen.
Oder war’s anders? Wie bei so vielen, die mit den Nächten kämpfen, statt Schlaf und Ruhe in ihnen zu finden…
Dann liegst du da. Und wälzt dich von der rechten auf die linke Seite, starrst im Finstern an die Decke, zählst Schafe, bist sterbensmüde, willst nichts als schlafen – und kommst und kommst nicht zur Ruhe. Grässlich.
Von Sonntag auf Montag sei die Nacht besonders schlimm, geben viele Geplagte zu Protokoll. Kein Wunder. Die zwei Tage Auszeit von Arbeit und Pflicht – schon wieder vorbei das Wochenende. Und Kopf und Seele können nicht anders, die laufen schon mal vor. Gucken auf das, was so kommt am Morgen - und im Rest der neuen Woche.
Bei Licht betrachtet wär‘ das meiste davon keinen Albtraum wert. Licht hat’s aber nicht, du starrst im Stockfinstern vor dich hin.
Mit kreisenden Gedanken. Was dringlichst zu tun ist, wozu es längst schon zu spät oder was einfach zu viel ist, was dir partout nicht gelingt. Bei Licht betrachtet wär’s allemal machbar und schlimmstenfalls lästig, aber im Dunkeln wächst es zum furchtbaren Riesen. Grauenvoll.
Nachts stehen die Dämonen nah am Bett. Und greifen nach dir.
Seit Jahrtausenden bemühen die Schlaflosen dieses Bild der nächtlichen Dämonen. Nachtgeister, finstere Mächte, die dir mit Angst und Schrecken den Schlaf rauben. Von jeder kleinen Sorge werfen sie gewaltige Schatten an die Wand und in dein Hirn. Braucht kein Mensch. Passiert aber trotzdem, nicht nur von Sonntag auf Montag.
"Alle lieben Engelein / mögen immer bei dir sein, / damit Böses von dir flieht / und dir nie ein Leid geschieht.“
An vielen Wiegen und Kinderbetten hat man früher diesen und ähnliche Segenssprüche lesen können. Gestickt, gemalt, auf eine Spieluhr geschrieben. Alle lieben Engelein, mögen immer bei dir sein… Kindischer Kitsch, mag mancher das abtun.
Meine Kinder lagen abends unter solchen Versen, von ihrer Oma gestickt. Ich fand das schön – und tröstlich. Nichts wünscht eine Mutter, wünscht ein Vater sich mehr, als dass das eigene Kind behütet und vor Bösem bewahrt bleibe. Und dass es gut und selig schlafen möge. Schon aus eigenem Interesse.
Gut, das klappt, wie alle Eltern wissen, beileibe nicht jede Nacht. Weil so ein schöner Spruch kein magischer Zauber ist – den gibt’s nun mal nicht. Weshalb auch kleine Kinder mitunter schlimme Nächte und böse Träume haben. Wie gut, dass man als Mutter, als Vater dann zum Engel werden kann; todmüde, aber liebevoll. Bis das Kind auf dem Arm wieder schläft.

Sind wir erst groß, drücken andere Sorgen und nicht immer ist einer da, der datrösten kann. Nur verloren gehen – verloren gehen kannst und wirst du nicht.
"Der Engel Gottes lagert sich um die her, die ihn fürchten, und hilft ihnen heraus.“ Heißt es in einem Gebet aus der Bibel. (Psalm 34,8)
Was immer da wartet in dieser Woche: Achten Sie auf die Engel. Die sind – Gott lob - Tag und Nacht unterwegs.

(Ende WDR 4, Verabschiedung für WDR 3 und 5:)
Ihr
Ulf Schlüter, Soest.

Redaktion: Landespfarrerin Petra Schulze