

Kirche in WDR 4 | 16.08.2016 08:55 Uhr | Annette Kurschus

Schlaf

Heute beginne ich den Morgen mit einem Psalmwort zur Nacht: Ich liege und schlafe ganz mit Frieden; denn allein du, Herr, hilfst mir, dass ich sicher wohne. (Psalm 4,9) Körperlich spüren kann ich den Frieden und die Sicherheit, die in diesen Worten liegen. Frieden und Sicherheit: Wir erleben gerade Zeiten, in denen sie unerreichbarer und kostbarer erscheinen denn je.

Ich liege und schlafe ganz mit Frieden: Liegen bleiben und friedlich weiterschlafen. Vielleicht haben sich das heute Morgen manche gewünscht. Die Decke über den Kopf ziehen, noch ein wenig die wohlige Wärme auskosten, bevor der Tag uns in die Pflicht nimmt.

Liegen und mit Frieden schlafen: Für viele Menschen scheint das ein unerfüllbarer Wunsch. Sie fürchten sich vor der Nacht, wenn der Schlaf wieder ausbleiben wird.

Schlaf lässt sich nicht machen. Er ist abhängig von meinem körperlichen und seelischen Befinden. Unmittelbar beeinflusst von dem, was mich bewusst oder unbewusst erfüllt, beschäftigt oder unter Druck setzt.

Nachts gelten andere Regeln als am Tag. Nachtgedanken kehren gern das Dunkle hervor. Ängste haben leichtes Spiel mit uns. Lassen das Herz bis zum Hals schlagen und treiben den Schweiß aus den Poren. Es ist, als ringe man mit der Finsternis. Alles andere als eine Idylle zum Schäfchenzählen.

Sicher wohnen: Viele Menschen erinnern sich aus eigener Erfahrung daran, wie es ist, wenn du deine Wohnung oder dein Haus verlassen musst und nicht weißt, wo du dein Haupt hinlegen sollst in der nächsten Nacht. Meine Großmutter hat oft davon erzählt, wie sie damals aus ihrer Heimat in Ostpreußen aufbrachen. Voller Angst. Ungewiss, ob sie je zurückkehren würden.

Was ich in meinem Leben bisher wie selbstverständlich hingenommen habe, ist in Wirklichkeit ein kostbares Gut: Sicher zu wohnen, angstfrei zu arbeiten, in Frieden zu leben. Zurzeit dringt uns das allmählich wieder ins Bewusstsein. Die Kriminalität wächst, weltweit sind immer mehr Menschen auf der Flucht, der Terrorismus kann überall und jederzeit jeden und jede treffen.

Und da lese ich in Psalm 4 diesen Satz: Ich liege und schlafe ganz mit Frieden; denn allein du, Herr, hilfst mir, dass ich sicher wohne.

Der Verfasser dieses Gebetes kennt schlaflose Nächte. Und er kennt die Angst. Wenige Sätze zuvor spricht er von Unrecht, das ihm widerfährt. Von quälender Unruhe. Von Unfrieden im eigenen Herzen und in der Welt um ihn herum.

Und was tut er? Bleibt mit seinen dunklen Gedanken nicht bei sich. Schlägt sich nicht allein damit herum. Sondern liegt Gott damit in den Ohren.

Er betet. Das heißt: Er ruft, er klagt und fragt, er rebelliert und ringt mit Gott.

Und so, nach langem Ringen, kehrt endlich Ruhe bei ihm ein. Kein fauler Friede, keine unheimliche Totenstille.

Wirkliche Ruhe – nachdem er sich alle schwere Last von der Seele gewälzt hat. Hin auf Gott. Jetzt kann er aus vollem Herzen sagen: Ich liege und schlafe ganz mit Frieden; denn allein du, Herr, hilfst mir, dass ich sicher wohne.

Gott sei Dank.

Einen guten Tag wünscht Annette Kurschus, Präses der Evangelischen Kirche von Westfalen.