

Nachtgedanken

Montag bis Sonntag, 20.50 Uhr (NDR 1 Niedersachsen)

11. bis 17. Dezember 2023 - Der Schlaf und die Planeten

Von Helmut Aßmann, Oberkirchenrat in Hannover

Die Wochentage tragen Namen alter Gottheiten. Einige von ihnen werden bestimmten Planeten in unserem Sonnensystem zugeordnet. Man kann mit ihnen darüber hinaus sogar Qualitäten unseres Schlafes verbinden, meint Helmut Aßmann in seinen Nachtgedanken. Helmut Aßmann ist Pastor und arbeitet als Oberkirchenrat in Hannover.



Helmut Aßmann

Redaktion: Oliver Vorwald
Evangelische Kirche im NDR
Knochenhauerstr. 38-40
30159 Hannover
Tel. (0511) 32 76 21
www.ndr.de/kirche

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt und darf nur für private Zwecke des Empfängers benutzt werden. Jede andere Verwendung (z.B. Mitteilung, Vortrag oder Aufführung in der Öffentlichkeit, Vervielfältigung, Bearbeitung, Übersetzung) ist nur mit Zustimmung der Ev. Kirche im NDR zulässig. Die Verwendung für Rundfunkzwecke bedarf der Genehmigung des NDR.

Montag, 11. Dezember 2023 - Mond und Schlaf

Schlaf und Mond haben seit alters her viel miteinander zu tun. Seine Anziehungskraft betrifft nicht nur Ebbe und Flut, sondern auch das Lebensgefühl des Tages und der Nacht. Mit seinem magischen Licht steht der Mond für jene Art von Schlaf, in dem einem wundersame, mystische und unergründliche Empfindungen geschenkt werden. Da erholt man sich nicht nur, sondern wird darüber hinaus ein wenig verzaubert. Es ist jene eigenartige Ruhe, in der Gott uns den Sinn dafür öffnet, dass unser Leben weniger von Gedanken und Plänen als vielmehr von den Kräften in unserer Seele abhängt. Und von der Verbindung zu allem, was noch aus seiner Hand stammt.

Dienstag, 12. Dezember 2023 - Widerstreitender Schlaf

Dienstag ist der Tag des Mars, des römischen Kriegsgottes. Der deutsche Name "Dienstag" leitet sich von der entsprechenden germanischen Gottheit Thingus oder Tyr ab. Das englische "Tuesday" lässt das noch deutlich hören. Ein Dienstagsschlaf ist eher unruhig, zerfahren, voller widerstreitender Gefühle. Der Morgen danach trägt meist noch die Züge der nächtlichen Auseinandersetzungen an sich, kommt selten mit entspannter Stimmung daher. Mit dem Dienstagsschlaf öffnet Gott den Blick auf unsere eigene Widersprüchlichkeit und auf die Mühe, eine klare Entscheidung zu treffen. Er nimmt einem die Selbstgewissheit und gönnt uns den Moment der Unruhe, die uns, wenn es gut geht, Vertrauen lehrt.

Mittwoch, 13. Dezember 2023 - Merkur hinterm Mittwoch

Deutsch ist die einzige Sprache, die für den Tag in der Mitte der Woche die Erinnerung an die namensgebende Gottheit verschweigt und einfach von Mittwoch spricht. Das spanische "miercoles" verrät, dass der Planet Merkur als Namensgeber dahintersteckt. Er beschreibt, von der Erde aus betrachtet, die unruhigste aller Planetenbahnen um die Sonne. Ein Merkurschlaf ist eher oberflächlich, selten tief, macht einen reizbar. Als hätte man in Wirklichkeit gar nicht geschlafen, sondern sich mit allerlei beschäftigt, ohne vorangekommen zu sein. Als würde Gott einem die Erholung verweigern, aber man weiß beim besten Willen nicht warum. Der einzige Trost: Auch diese Nächte gehen vorbei.

Donnerstag, 14. Dezember 2023 - Jupiter und Donar

Jupiter, der größte Planet in unserem Sonnensystem gibt dem Donnerstag seinen Namen. In der römischen Antike war Jupiter die höchste Gottheit, im germanischen Kult entspricht ihm Donar - deshalb Donnerstag. Jupiters Kennzeichen sind die Souveränität und Allmacht seines Handelns, die ferne, stille Klarheit seines Lichts am Firmament. Ein Jupiterschlaf ist tief und lang, ruhig und erholsam. Wenn einer richtig ausgeschlafen hat, dann sind nicht nur Herz und Verstand, sondern irgendwie auch die ganze übrige Welt zur Ruhe gekommen. Als würde Gott seine freundlich seine Kreatur bewachen und sie segnen, ihr Frieden geben und das feste Vertrauen schenken, dass dieses Leben nicht verloren geht.

Freitag, 15. Dezember 2023 - Venus und Freya

Der Name Freitag kommt von Freya, der germanischen Göttin der Schönheit. Ihr römischer Name ist Venus. Am Himmel ist sie neben Sonne und Mond der am hellsten strahlende Himmelskörper. Mit dem Venusschlaf ist freilich nicht der sogenannte Schönheitsschlaf gemeint. Der schöne Schlaf lebt vielmehr von der Ruhe der Nacht, den lebendigen und lustvollen Träumen, einem erfrischten Körper und der Aussicht auf einen freundlichen Tag. Er ruft uns aus der nächtlichen Welt in das Licht des Tages und bringt die geschöpfliche Schönheit des Lebens zum Tragen. So wie Gott nach seinem Schöpfungswerk dessen Schönheit gefeiert hat, so ruft uns der schöne Schlaf in eine fröhliche Welt.

Samstag, 16. Dezember 2023 - Saturn und der Samstag

Auf Englisch heißt dieser Tag Saturday, Tag des Saturn. Die deutsche Bezeichnung Samstag leitet sich vom jüdischen Sabbat ab. Der Name Sonnabend belässt es bei dem formalen Hinweis auf den Abend vor dem Sonntag. Der römische Gott Saturn war in der antiken Mythologie ein kinderfressendes Ungeheuer und trägt dämonische Züge. Sie erzeugen zugleich Faszination und Grauen; zeigen ungeheure Macht und ebenso unheimliche Gewalt. Der saturnische Schlaf bringt uns das Fürchten bei. Solche Nächte machen darauf aufmerksam, dass in allen menschlichen Dingen auch ein dunkles Geheimnis wohnt. Wir beherrschen es nicht, und dafür brauchen wir Gottes Beistand.

Sonntag, 17. Dezember 2023 - Tag der Sonne

Sonntag, Tag der Sonne. Das lebensspendende Gestirn, von dem wir alle abhängen. Das uns den Tag schenkt und das Licht und den blauen Himmel. Tag der Auferstehung Christi von den Toten. Tag der Erholung und des Friedens, ja, der "Erhebung" der Seele, wie es in unserem Grundgesetz heißt. Die Sonntagsqualität des Schlafes hat mit dem berühmten Kirchenschlaf wenig zu tun. Kirchenbänke sind keine guten Unterlagen. Die Sonntagsqualität liegt vielmehr in der tiefen Gewissheit, dass keine Unruhe, kein Alldruck und keine innere Zerrissenheit etwas daran ändern werden, dass unser Leben in Gott geborgen ist. Diese Gewissheit verleiht noch selbst dem Schlaf einen strahlenden Glanz.