

# Nachtgedanken

---

Montag bis Sonntag, 20.50 Uhr (NDR 1 Niedersachsen)

**30. Mai bis 05. Juni 2022 - Der liebevolle Blick. Ihre Augen**

**Von Tina Hülsebus, Schulpastorin in Lüchow.**

Ihre Augen sehen die Welt anders. Liebevoller, neugierig, gelassen. Was dabei geschieht, das erzählt Tina Hülsebus bei den Nachtgedanken. Tina Hülsebus ist Schulpastorin in Lüchow.



**Tina Hülsebus**

Redaktion: Oliver Vorwald  
Evangelische Kirche im NDR  
Knochenhauerstr. 38-40  
30159 Hannover  
Tel. (0511) 32 76 21  
[www.ndr.de/kirche](http://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, 30.05.2022 - Beten und Arbeiten**

Heute habe ich echt was geschafft! Rasen gemäht, Unkraut gezupft, die Beete gehackt! Gut zwei Stunden Arbeit im Garten. Jetzt liege ich komplett geschafft auf dem Sofa und spüre alle Knochen. Trotzdem fühlt es sich gut an! Endlich mal wieder etwas mit den Händen gemacht. So ganz bodenständig. Ich brauche das immer mal wieder neben der ganzen Arbeit mit dem Kopf: das Anfasen mit den Händen, sich schmutzig machen und hinterher kaputt sein. Es bringt mich wieder zurück auf den Boden, im wahrsten Sinne des Wortes. Während ich Unkraut zupfe, kann ich meine Gedanken sortieren und Vieles neu bedenken. Ein inneres Gespräch führen mit mir selbst oder auch mit Gott. Ora et labora nannten das die Benediktiner-Mönche. Bete und arbeite! Mir hat das heute gutgetan.

### **Dienstag, 31.05.2022 - Moses Berg**

Bitterkalt war die Nacht. Dafür leuchteten die Sterne umso mehr, zeigten uns den richtigen Weg. Erst auf einem Pfad mit vielen Kurven, dann bei den in Fels gehauenen Stufen auf der letzten Wegstrecke. Nicht aufgeben, dachte ich immer wieder. Der steile Aufstieg auf mehr als 2.000 Meter Höhe hatte es wirklich in sich. Aber dann hatten wir es geschafft - kurz vor Sonnenaufgang. Langsam begann es über den roten Granit-Gipfeln zu dämmern. Immer mehr, bis das ganze Bergmassiv über dem Sinai im Licht der aufgehenden Sonne erstrahlte. Hier also soll Mose die Zehn Gebote empfangen haben. Was für ein Ort. Noch immer bin ich ergriffen, wenn ich heute das kleine Foto auf unserer Fensterbank anschau. Es ist mir als Erinnerung geblieben. Der Mosesberg, einer der Orte, die für mich von der Herrlichkeit Gottes erzählen.

### **Mittwoch, 01.06.2022 - Plauderkassen**

Geht das nicht schneller? Ich stehe an der Kasse im Supermarkt, will nur schnell noch was einkaufen. Dann Warten in der Schlange. Ein älteres Ehepaar ist dabei, seine Einkäufe in Tüten zu verstauen. Das dauert. Muss das gerade jetzt sein? Am Abend lese ich in der Zeitung: In den Niederlanden hat man "Plauderkassen" eingerichtet, für einsame ältere Menschen. Hier können sie in Ruhe einpacken und der Mensch an der Kasse hat Zeit für ein kleines Gespräch. Tolle Idee! Viele Ältere leiden unter Einsamkeit auch in meiner Gegend. Halt, Stopp! Und wie war das heute mit meinem Unmut über die Alten, derentwegen ich warten musste? Ich fühle mich ertappt und nehme mir vor, beim nächsten Warten in der Schlange an die "Plauderkassen" zu denken.

### **Donnerstag, 02.06.2022 - Grenzen**

Ich gehöre zu den Fitnessjunkies. Ich gehe regelmäßig ins Sportstudio, stemme Gewichte, schwitze auf dem Spinningrad zur Musik. Nach den eineinhalb Stunden im Studio fühle ich mich richtig gut. Erschöpft, aber erfolgreich. Weil ich etwas für mich und meinen Körper getan habe. So wie heute Abend. Jetzt noch einen Proteinshake und das Entspannungsprogramm vor dem Fernseher kann beginnen. Dabei merke ich aber auch: Es gibt Grenzen, Schmerzen im Knie, Kneifen im Rücken, verspannte Muskeln. Ich bin nicht mehr die Jüngste, würde gerne noch mit meinem Sohn mithalten, aber es geht nicht. "Alles ist euch erlaubt, aber nicht alles ist gut für euch", schreibt Paulus im Korintherbrief. Grenzen sind nicht immer Einschränkungen, sie können auch guttun. Nicht nur beim Sport.

### **Freitag, 03.06.2022 - Was kann ein Mensch ertragen?**

Mo, eigentlich Mohammed, sitzt schon seit fast zwei Jahren in meiner Klasse. Er ist zurückhaltend, freundlich und sehr bemüht. 2015 ist er mit seinem Bruder und seiner Mutter aus Afghanistan geflohen. Heute Morgen hat er seine Geschichte erzählt. Von Bomben in Nachbarhäusern, von den Schwestern, die nicht über die Grenze mitkommen durften. Von seinem Vater, der als Übersetzer gearbeitet hat und dafür umgebracht wurde. Es ist mucksmäuschenstill. Was kann ein Mensch ertragen? Wie viel Leid und Verlust in so jungen Jahren? Am Abend geht mir seine Geschichte immer noch durch den Kopf. "Gott legt uns eine Last auf, aber er hilft uns auch", heißt es in einem Psalm. Das muss auch für Mo gelten, der morgen wieder in meiner Klasse sitzen wird.

### **Sonnabend, 04.06.2022 - Spanische Tänzerin**

Es war mein erster Nachttauchgang. Mit Spannung, aber auch Angst vor dem dunklen Meer packte ich meine Sachen. Besonders wichtig war jetzt die Taucherlampe und Ruhe bewahren. Unter Wasser entdeckte ich im Schein der Lampe Rotfeuerfische und kleine Garnelen auf dem Boden. Und dann erschien der Traum: eine "spanische Tänzerin", eine leuchtend rote Nacktschnecke, vielleicht 30 Zentimeter groß. Sie tanzte vor mir im Licht der Lampe. Welch eine Schönheit. Nur nachts zu sehen und das auch nur selten. Dafür allein hatte es sich gelohnt, die Angst vor dem nächtlichen Meer zu überwinden. Wenn mir heute manchmal die Dunkelheit Angst macht, erinnere ich mich an diese Tänzerin, die ich nur in der Nacht und Dunkelheit entdecken konnte.

### **Sonntag, 05.06.2022 - Pfingsten**

An einem Abend vor einigen Jahren saß ich in einem Gottesdienst in einer kleinen Kirche in Alexandria. Freunde von der Seemannsmission hatten mich mitgenommen. Die Kirche war gut besucht, die Orgel stimmte den Gottesdienst an. Alles schien wie gewohnt. Doch dann war alles auf Arabisch. Lieder, Begrüßung, Predigt. Ich versuchte mitzukommen, doch mein Anfänger-Arabisch reichte nicht aus. Am Schluss wurde das Vater Unser gesprochen, ich konnte es an der Melodie der Verse erkennen und sprach es leise auf Deutsch mit. So stelle ich mir das Pfingstwunder vor. Der Geist Gottes erfüllte die Jünger und sie konnten plötzlich in verschiedenen Sprachen von der Botschaft Jesu erzählen. Die Botschaft blieb dabei erkennbar über Sprachbarrieren hinweg. Ein Wunder, das immer noch wirkt.