

# Nachtgedanken

---

Montag bis Freitag, 21.50 Uhr (NDR 1 Niedersachsen)

**11. bis 14. Februar - Pfiffig, nicht nett**

**Von Corinna Diestelkamp, Pastorin in Loccum**

Die rosa Plastikblume auf dem Nachttisch, Gedanken für einen neuen Namen zum Aufwachen, ein Abendritual finden. Darüber spricht Corinna Diestelkamp, Pastorin in Loccum, bei den Nachtgedanken. Mehr pfiffig und nicht bloß nett.



**Corinna Diestelkamp**

Redaktion:

Oliver Vorwald  
Evangelische Kirche im NDR  
Redaktion Hannover  
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.

### **11. Februar: Kunstblume**

Vor dem Schlafengehen nehme ich sie in die Hand: die knallrosa Kunststoffblume. Sie steht schon seit Jahren bei uns in der Küche. Ich habe sie zum Abschied bekommen - sie gehörte zu einem riesigen, kunterbunten Strauß, jede Blume wurde mir von einer anderen Person mit guten Wünschen überreicht. Von Edel-Rose bis Kraut vom Wegrand war alles dabei. Und dann kam Edda, die sich immer um den Garten gekümmert hat. Edda, die langsam dement wurde. Sie kam mit dieser Kunstblume - echt grässlich. Merkwürdig, sie ist mir kostbar geworden. Sie erinnert mich an all die Menschen, die mein Leben bereichern. Wie verschieden sie sind. Und wie wichtig für mein Leben, gerade deshalb. Ich lasse die Blume stehen. Und Edda und all die anderen Blumen-Menschen nehme ich mit in mein Abendgebet.

### **12. Februar: Ändere deinen Namen**

Morgen könnten Sie Ihren Namen ändern. Es gibt doch diese kuriosen „Feiertage“, meistens aus Amerika, bisschen verrückt. Morgen ist: „Ändere deinen Namen“. Hätten Sie Lust dazu? Vielleicht mochten Sie Ihren noch nie recht leiden? Endlich weg damit? Mich würde es ja locken, einfach mal probierhalber anders zu heißen. Mich selbst neu entdecken. Am liebsten sogar woanders, ein anderes Leben probieren. Bei meiner Taufe haben sie vorgelesen: Gott sagt, ich habe dich bei deinem Namen gerufen. Ich denke manchmal drüber nach, ob das wohl zufällig der ist, den meine Eltern ausgesucht haben? Oder ein ganz anderer? Einer, den ich erst noch finden werde? Jedenfalls: Gott weiß meinen wahren Namen, kennt meine Identität, auch wo ich noch auf der Suche bin.

### **13. Februar: Die Wechsel-Lichter**

Aus der Schule hat unsere Tochter ein kleines elektrisches Wunderwerk mitgebracht. Auf einem Holzbrett hat sie Drähte aufgelötet. Dazu zwei kleine Kästen, zwei Fahrradbirnen. Wenn man die Drähte an eine Blockbatterie hält, leuchten die Birnen. Sie brauchen ein bisschen, flackern hin und her, und dann kommen sie in einen regelmäßigen Rhythmus, blinken im Wechsel. Ich denke an zwei Menschen, die sich kennen lernen. Der Strom fließt, es flackert. Es dauert, bis sie sich aufeinander einspielen. Und dann leuchten sie. Morgen ist Valentinstag. Nicht nur für Verliebte. Vielleicht denken Sie jetzt an einen Menschen, mit dem Sie gut harmonieren, sich eingespielt haben? Und sagen diesem Menschen mit einer kleinen Geste: gut, dass es dich gibt? Ein Kuss für eine gute Nacht?

### **14. Februar: Valentinstag**

Der Valentinstag geht zu Ende. In der Küche stehen ein paar Rosen in einer Vase - nicht meine. Unsere Tochter hat sie aus der Schule mitgebracht. Die Teenager schenken sie sich gegenseitig, nicht nur Verliebte, auch Freundinnen und Freunde. „Ich mag Dich, Du bist mir wichtig.“ Ich persönlich würde wohl keine Rosen im Februar kaufen. Aber ich finde es schon toll, dass die Jugendlichen sich so offen gegenseitig ihre Wertschätzung zeigen. Bestimmt werden auch jede Menge Herzchen auf WhatsApp und Instagram verschickt. Der Valentinstag wird ja oft gescholten - amerikanisch, nur gut fürs Geschäft. Aber eigentlich ist es eine gute Idee, mindestens einmal im Jahr so einen Tag zu haben, einen Tag der Liebe. Wenn es die nicht gäbe, was wäre unser Leben dann wert?

### **15. Februar: Abendritual**

Eine „gute Nacht“ wünschen wir uns. „Schlaf gut.“ Aber, das klappt nicht immer. Das Baby kommt nicht zur Ruhe, immer wieder wacht es auf, schreit. Der eine wälzt sich unruhig hin und her, die andere findet nicht in den Schlaf, weil da einer schnarcht. Und morgens sind wir wie zerschlagen, Ringe unter den Augen. Ratgeber empfehlen für Kinder ein Abend-Ritual. Ein Bilderbuch vorlesen, ein bisschen spielen, Waschen und Zähneputzen, ein Lied singen oder Musik vorspielen. Ein Abendgebet. Warum nicht? Gibt es übrigens auch für Erwachsene. Martin Luthers Abendsegen. Gott danken für den Tag. Auch das in den Blick nehmen, was schlecht gelaufen ist. Und dann einstimmen in die Bitte um Bewahrung: ich befehle mich, meinen Leib und Seele und alles in deine Hände. Und dann flugs und fröhlich geschlafen, sagt Luther. Ob's gelingt?