

Nachtgedanken

Montag bis Freitag, 21.50 Uhr (NDR 1 Niedersachsen)

30. Juli bis 3. August 2018 - Nachtschicht

Von Anke Merscher-Schüler aus Hannover

Nachtarbeiter, Abendlieder, Schlaflosigkeit. Darum geht es in dieser Woche den Nachtgedanken von Anke Merscher-Schüler, Pastorin in Hannover.



Anke Merscher-Schüler

Redaktion: Oliver Vorwald

Evangelische Kirche im NDR
Redaktion Hannover
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 des Katholischen Rundfunkreferats zulässig. Die Verwendung für Rundfunkzwecke bedarf der Genehmigung des NDR.

Montag, 30. Juli

Das Abendessen ist ihr Frühstück. Schwarzbrot, Hühnerbrühe, doppelter Espresso und dann geht's los: Nachtdienst. Die so leben, sind eine verschworene Gemeinschaft - arbeiten oft "Im Auge des Sturms", wie Santiano es besingen. "Im Auge des Sturms, da steh ich dir bei / Bin an deiner Seite bis ans Ende der Zeit ..." Nachtschicht. Gott weiß, das ist nicht einfach, trotz aller Routine. Denn Körper und Seele haben ihre eigene Uhr. Die Haut ist dünner. Leid hat nachts oft mehr Gewicht als bei Licht besehen. Dunkelheit ruft auch die Lichtscheuen auf den Plan. Immer wieder ein Angehen, solche Nächte. Gut, dass es Menschen gibt, die in dieser Zeit ihren Dienst tun und andern beistehen - Gottes Bodenpersonal.

Dienstag, 31. Juli

Liebes Gehirn, hör bitte auf zu denken, ich brauche Schlaf. Dieser launige Stoßseufzer bringt auf den Punkt, was einem manchmal ganz schön zu schaffen machen kann. Gedanken, die nachts nicht aufhören wollen in meinem Kopf ihre Kreise zu ziehen. Nach einem Streit, was hätte ich nur sagen können auf diese Unverschämtheit? Oder in Sorge, wie kann es weiter gehen? Ein Weiser der Bibel sagt: Den Seinen gibt's der Herr im Schlaf. Ein Versprechen, auf das wir uns verlassen können - im doppelten Sinn des Wortes. Lass die Gedanken kommen, schau sie an und lass sie gehen. Was wir heute nicht bewältigen, wird morgen Raum haben. Denn im Schlaf lässt uns Gott neue Kraft zuwachsen, und die besten Ideen wurden schon immer geträumt.

Mittwoch, 1. August

Save the blessings - bewahre dir den Segen. Doch wenn der Tag zugemüllt ist mit immer gleichen Abläufen, ist das gar nicht so einfach. Gefühlt ist am Abend das Glas eher halbleer als halbvoll. Ich kenne einen, der hat da einen Trick. "Zur Selbstüberlistung", sagt er augenzwinkernd. Morgens steckt er sich eine Handvoll Bohnen in die linke Hosentasche, die er den Tag über in die rechte Tasche umsortiert: immer eine Bohne für das, was ihn gerade freut. Eine Überraschung. Etwas, das gut schmeckt. Linke Tasche, rechte Tasche. Manchmal erwischt er sich, wie er geradezu auf die Suche nach etwas Gutem geht, damit er wieder einen Grund hat in die Tasche zu greifen. Das verändert den Blick. Es hilft zum Staunen und abends Einschlafen mit guten Gedanken.

Donnerstag, 2. August

Hier in der Stadt wird es selten still. Ständig rauscht, hupt und brummt es. Alles in Bewegung. Musikfetzen und Stimmengewirr. Und wir mittendrin. Der Tag randvoll bis zum Zubettgehen. Wie kann da Nachtruhe einkehren? Schweigen und in sich Hineinhorchen können helfen, zur Ruhe zu kommen. Einmal selbst still sein, weil wir dann hören, wie laut es auch in uns noch ist. Ein Weiser hat mal gesagt, das Schweigen-Üben und Stillsein sind wie der Blick in einen tiefen Brunnen, aus dem man den ganzen Tag Wasser geschöpft hat. Schaut man hinein, kann man zuerst nichts erkennen, nur ein schwarzes Loch und ein paar Lichtreflexe. Der Grund: das Wasser ist zu unruhig. Kommt es aber zur Ruhe, sieht man sich selbst - und hinter sich sogar ein Stück vom Himmel.

Freitag, 3. August

Der Tag, mein Gott, ist nun vergangen und wird vom Dunkel überweht. Ich habe dieses Abendlied oft im Ohr. Ein gesungenes Gebet, das mit seinen Worten und seiner Melodie mein Herz berührt. Und so geht es weiter: unermüdlich wie der Schimmer des Morgens um die Erde geht, ist immer ein Gebet und immer ein Loblied wach, das vor dir steht. Für mich ist das eine wunderbare Vorstellung. Wenn ich nicht beten kann, dann tut es eben ein anderer für mich, oder ich für ihn. Wenn mir die Worte fehlen, dann eben ein Lied. Das geschieht Stunde für Stunde. Tag für Tag, Jahr für Jahr. Solche Gebete verändern zwar nicht die Welt, aber alle Menschen. Wer so betet kann damit in der Dunkelheit Funken schlagen.