

Gottesdienst am Sonntag, 4. September 2016
Thema: *Den Seinen gibt's der Herr im Schlaf*
Text: Psalm 127

[Sandmännchenmelodie]

"Schnell ins Bett und schlaft recht schön!" Liebe Gemeinde,

Das wäre doch was! Jetzt eine Runde schlafen. Kirchenschlaf! Wir gesundheitsfördernd! Wenn wir jetzt im belgischen Bellegem wären, dann könnten wir das jetzt richtig gut. Kirchenschlaf deluxe. Mit Federbetten und allem Drum und Dran. Da gibt es eine altehrwürdige Klosterkirche, die nun zu einem kleinen Hotel umgebaut wurde mit Hochzeitssuite und Bed & Breakfast und allen Annehmlichkeiten.

So viel Luxus haben wir hier in der Martins-Kirche nicht zu bieten. Wer sich jetzt also seinem gewohnten Predigtschlaf widmen möchte, muss dies ohne Federbett tun. Aber er könnte es mit gutem Gewissen tun, bei diesem Thema: Den Seinen gibt's der Herr im Schlaf!

Ich hab bei der Predigtvorbereitung kurz überlegt: Hm, soll ich mich überhaupt vorbereiten? Sollte ich nicht vielmehr stattdessen ein gepflegtes Schläfchen halten und darauf hoffen, dass der Heilige Geist mir schon die rechten Predigtgedanken eingeben wird? Den Seinen gibt's der Herr im Schlaf... Aber da musste ich an Ludwig Harms denken, den großen Hermannsburger Prediger, der ja auch bis hierher ins Schaumburger Land gekommen war.

Die Leute kamen von weit her, um seine feurigen Predigten zu hören. Doch eines Tages war es wohl mal nicht so dolle. Und die Woche drauf wurde er dann von einem Gemeindeglied gefragt, ob denn der Heilige Geist auch am letzten Sonntag zu ihm gesprochen habe. Ludwig Harms, so heißt es, hat genickt und geantwortet: "Ich hatte mich nicht gut vorbereitet. Als ich wie immer vor der Predigt betete, bat ich den Heiligen Geist, mir diesmal besonders beizustehen und fragte ihn, was er mir denn heute für die Predigt zu sagen habe. Die Antwort kam sofort: „Ludwig Harms, du bist faul gewesen!“

"Den Seinen gibt's der Herr im Schlaf" bedeutet offensichtlich nicht, die Hände in den Schoß zu legen und nichts zu tun. Kaum jemand ahnt, dass diese Redewendung ihren Ursprung tatsächlich in der Bibel und es ist ein wunderbares, ermutigendes und wirklich wohltuendes Wort, das uns heute als Wochenpsalm und Predigttext gegeben ist. Psalm 127,1+2:

1 "Von Salomo, ein Wallfahrtslied."

Wenn der HERR nicht das Haus baut, so arbeiten umsonst, die daran bauen. Wenn der HERR nicht die Stadt behütet, so wacht der Wächter umsonst.

2 Es ist umsonst, dass ihr früh aufsteht und hernach lange sitzt und esset euer Brot mit Sorgen; denn seinen Freunden gibt er es im Schlaf.

Hier kommt sie also her, die schöne Redewendung: Den Seinen gibt's der Herr im Schlaf. Es ist eigentlich ein wunderschönes Thema. Mir ist aufgefallen: Ich hab noch nie über den Schlaf gepredigt. Aber da die biblische Sicht des Menschen ganzheitlich ist und Seele und Leib zusammengehören, und Geistliches auch Auswirkungen hat auf das Leibliche, ist es gut, mal ein wenig über den Schlaf nachzudenken. Es ist schon erstaunlich, wenn wir uns mal an die Schöpfungsgeschichte erinnern: Das schönste Geschenk, was Gott dem Adam machte, seine Frau,

die gab Gott ihm im Schlaf. 1. Mose 2,21: *Da ließ Gott der Herr einen tiefen Schlaf fallen auf den Menschen, und er schlief ein. Und dann schuf Gott aus Adam heraus die Eva.* Den Seinen gibt's der Herr im Schlaf...

Matthias Claudius dichtet allerdings etwas bissig dazu:

*Es legte Adam sich im Paradiese schlafen;
Da ward aus ihm das Weib geschaffen.
Du armer Vater Adam, du!
Dein erster Schlaf war deine letzte Ruh.*

Wie dem auch sei, Schlafen ist ohne Zweifel eine großartige Erfindung des Schöpfers. Bedenken wir: Normalerweise bringen wir etwa ein Drittel unseres Lebens mit Schlafen zu (- wenn man allerdings kleine Kinder hat, reduziert sich das noch beträchtlich!). Den Seinen gibt's der Herr im Schlaf... Doch zunächst die Frage:

Was bringt dich um den Schlaf?

Schlafen, wunderbar! Nicht schön dagegen, wenn man mitten aus dem Schlaf gerissen wird. Vor ein paar Tagen - mitten in der Nacht, sagt meine Frau plötzlich: "Sag mal, warum läufst du denn hier rum, kannst du heute nicht gut schlafen?" - "Hä?? Ich hab bestens geschlafen - bis eben!" - "Ach so. Na ja, dann hab ich wohl nur geträumt." Das war so gegen 2 Uhr. Da war ich erst mal munter. Aber man ist ja durchaus abgehärtet. Neulich kam unser kleiner Manuel rein. Das war etwa so gegen 3 Uhr nachts: "Mama? Papa? Schlaft ihr noch?" - "Jaaaa, bis gerade eben..." - "Ich muss kacken!" - Nun gut, zum Glück kommt das nicht jede Nacht vor.

Aber manch einer mag nun hier sitzen und denken: Schlafen? Ja, wenn ich das überhaupt mal wieder könnte! Einfach mal wirklich echt erholsam durchschlafen! Laut dem Robert-Koch-Institut leiden 15-25 % aller Deutschen unter Schlafstörungen. Frauen übrigens deutlich mehr als Männer. Wenn man gar nicht mehr richtig schlafen kann, wie schrecklich muss das sein! Massiver Schlafentzug war in den Gefängnissen der Stasi eine der schlimmsten Foltermethoden.

Manche Schlafstörungen sind durch körperliche Krankheiten oder Schmerzen bedingt und müssen medizinisch behandelt werden. Doch mich hat erstaunt, welches die mit Abstand häufigsten Ursachen für Schlafstörungen sind:

Nämlich an 1. Stelle steht "allgemeiner Stress und Ängste", dann "beruflicher Stress und Überforderung." An dritter Stelle "private Sorgen/familiäre Probleme", gefolgt von "Alpträumen" und "Zukunftsängsten". Also Stress, Ängste, Sorgen rauben uns den Schlaf! Und da sind wir mitten in dem uralten Psalm, der keine Statistiken und kein Robert-Koch-Institut kennt, wohl aber Sorgen und Ängste: *Es ist umsonst, dass ihr früh aufsteht und hernach lange sitzt und esset euer Brot mit Sorgen.*

Der Psalmbeter hat Menschen vor Augen, die vor lauter Sorgen nicht schlafen können. Getrieben von Sorgen und unruhig, voller Fragen und Ängste wälzt man sich von einer Seite auf die andere und kann doch nicht schlafen. Dann steht man auf, übermüdet und übernächtigt. Sitzt am Frühstückstisch, nagt an seinem Brot oder kaut sein Müsli, bevor man sich dann auf den Weg macht zur Schule oder zur Arbeit. Ich selber erinnere mich an eine Phase, wo es mir auch nicht so

gut ging. Ich war schon hier in Hohnhorst. Es ist jetzt ungefähr 8 Jahre her. Es war ausgerechnet im Urlaub, und ich konnte nicht schlafen, nicht einschlafen, nicht durchschlafen. Da waren Ängste da. Und Sorgen. Es kam manches zusammen. Ein paar gesundheitliche Sorgen. Dann ging mir ständig durch den Kopf, wie mir jemand sehr deutlich mitgeteilt hatte, wie enttäuscht er von mir war. Dann erreichte mich noch die Nachricht von einer bevorstehenden Beerdigung, die mir sehr, sehr nahe ging. Und es stand noch Visitation an. Es kam alles zusammen. Ich konnte einfach nicht schlafen. Leider hatte ich damals nicht an diesen Psalm gedacht. Denn er zeigt doch so klar auf: Was bringt es denn, wenn du dir den Kopf zerbrichst, wenn du grübelst und dich zermarterst? Kannst du durch diese Unruhe denn nur eine einzige Sorge loswerden? Es ist umsonst! sagt uns unser Psalm. Es ist umsonst, dir so viele Sorgen zu machen! Es hilft doch nicht! Wie heißt es in dem wunderbaren Lied von Hedwig v. Redern *"Ist's doch umsonst, dass ich mich sorgend müh, dass ängstlich schlägt mein Herz, sei's spät, sei's früh. -- Weiß ich den Weg auch nicht, du weißt ihn wohl. Das macht die Seele still und friedevoll."*

Der Wochenspruch für diese Woche lautet: "Alle eure Sorgen werft auf IHN, den er sorgt für euch." (1. Petr. 5,7). Wie wäre es, wenn wir damit mal anfangen, und zwar ganz speziell vorm Einschlafen. Abends. Im Gebet unsere Sorgen auf Jesus werfen. Damit sind die Sorgen nicht weg, sie sind da. Da - bei Jesus! Und er kann damit umgehen. Er gibt Kraft, dass wir die Dinge anpacken, die uns bedrücken. Er gibt Weisheit, etwas zu verändern, wenn der Stress uns kaputt macht. Er gibt Geborgenheit, wenn die Angst uns zerfrisst. Er gibt Frieden, wenn die Verbitterung und Verletzungen uns nicht schlafen lassen wollen.

Es gibt ein Mut machendes Lied, alle Sorgen auf Jesus zu werfen. "Schau nur auf mich!" sagt Jesus. Von Sarah Hofmann. Und das Beeindruckende dabei. Die Sandmalerin Conny Klement, sie zeichnet dabei mit ihren Fingern in den Sand ein Bild. Das wollen wir uns jetzt mal ansehen und anhören, bevor sich noch ein paar weitere Gedanken anschließen.

[Video]

Schlafe den Schlaf des Gerechten!

Wieder so eine Redensart. Was soll das sein, "der Schlaf des Gerechten"? Gemeint ist: Wer ein gutes Gewissen hat, der kann auch gut schlafen. Aber ich denke, von der Bibel her betrachtet, müssen wir noch einen Schritt weiter gehen. Denn: Sagt Paulus nicht: "Das ist keiner, der gerecht ist, auch nicht einer!" (Römer 3,10). Machen wir nicht alle Fehler, enttäuschen andere und uns selbst, was uns um den Schlaf bringen kann?

Eine Ausnahme gibt es: Jesus selbst. Der Gottessohn. Er, der einzig Gerechte. Dann müsste er ja besonders gut und tief schlafen können! Denken wir an die Geschichte der Sturmstillung. *"Und siehe, da erhob sich ein gewaltiger Sturm auf dem See, sodass auch das Boot von Wellen zugedeckt wurde. Jesus aber schlief."* (Matth. 8,24) Unglaublich! Da ist das Chaos pur! Die Jünger fürchten um ihr Leben. Und Jesus schläft den Schlaf des Gerechten! Was für ein tiefer Frieden kommt darin zum Ausdruck! Egal, was passiert, wenn um dich her auch alles zusammenstürzt, Gott kann dir diesen Frieden und diesen Schlaf schenken, wenn du mit ihm im reinen bist, wenn du zu ihm gehörst. Denn das ist ja die Botschaft des Glaubens: Jeder, der zu Jesus gehört, der zu Gott gehört, ist dadurch gerecht gemacht! Und kann den Schlaf des Gerechten schlafen. Übrigens wählt unser Psalm ja noch ein anderes Wort: Freunde! Da steht ja: "Seinen *Freunden* gibt es der Herr im Schlaf." Ja, im Urtext steht da sogar noch stärker: Seinen *Geliebten* gibt es der Herr im Schlaf. Ja, das hängt alles zusammen. Wenn wir zu Jesus gehören, sind wir nicht nur gerecht gemacht in

Gottes Augen - trotz all unserer Fehler und Schwächen!, sondern wir sind seine Freunde, ja geliebte Kinder Gottes. Mach dir das klar! Du bist ein geliebtes Gotteskind! Und ich erinnere mich, dass mir mal jemand aus dem Krieg erzählte, wie er in den Bombennächten manchmal als kleines Kind mit seiner Mama im Bunker war. Und dann rings herum donnernder Lärm, Sirenen, das Krachen der Bomben - und er hat dabei tief und fest geschlafen! Ganz ruhig! Im Schoß der Mutter, als geliebtes Kind! Was für eine Geborgenheit im größten Kriegsgetümmel. Ich bin überzeugt, dass uns der Glaube solch einen Frieden geben kann. Im Schoß Gottes zu schlafen, was auch immer für ein Sturm rings um uns tobt. Denk dran: Du bist Gottes geliebtes Kind! Das macht dich ruhig! Eigentlich ist der Schlaf ein gutes Bild für den Glauben. Denn:

Schlaf ist Gnade

So wie Glaube Gnade ist, eben ein Geschenk. Wie ist das beim Schlaf? Ich tue nichts. Ich bin einfach nur. Ich bin da. Aus dem Tun wird das Sein. Im Schlaf kann ich keine Leistung erbringen. Wohl aber etwas empfangen! Kraft, Regeneration, Ruhe, Energie. Und ich bin dabei ja nicht unbeteiligt. So ist es mit dem Glauben auch: Da kommt es nicht mehr auf das an, was ich tue, nur noch was ich bin. Vorhin haben wir gesungen: *"In deiner Gegenwart zählt nicht mehr, was ich tue. In deiner Gegenwart zählt nur noch, was ich bin."* So ist es auch im Schlag. Denn da bin ich Empfangender. Das fällt uns Menschen ja so schwer. Wir wollen immer Leistung bringen. Arbeiten, schaffen und dafür Lohn bekommen. Und am besten auch beim Glauben. Sich abmühen, sich plagen, um dann irgendwann in den Himmel zu kommen. Nein! Den Seinen gibt's der Herr im Schlaf! Es ist Gottes Kraft, die Glauben schenkt und wachsen lässt. Jesus sagt das mal im Gleichnis so:

*Mit dem Reich Gottes ist es so, wie wenn ein Mensch Samen aufs Land wirft
27 und schläft und aufsteht, Nacht und Tag; und der Same geht auf und wächst - er weiß nicht wie.*

Aber könnte das nicht doch dazu führen, dass wir die Hände in den Schoß legen und sagen: Na ja, den Seinen gibt's der Herr im Schlaf. Also brauch ich ja gar nix machen? Nein! Das wäre verkehrt. Es gibt auch einen falschen, einen gefährlichen Schlaf. Einen Schlaf, von dem Paulus sagt: "Wach auf, der du schläfst!" (Eph. 5,14). Es ist der Schlaf der Selbstgerechtigkeit! Es ist der Schlaf des reichen Kornbauern, der sich selbst auf die Schultern klopfte und dachte: "Liebe Seele, habe nun Ruhe, iss, trink und habe guten Mut." Ich hab alles selber hingekriegt und mir Reichtum und Wohlstand erarbeitet. Gott und den Nächsten brauche ich nicht! Und Gott sagt zu ihm: Du Narr! Diese Nacht wird man deine Seele von dir fordern...

So gilt es sehr genau zu schauen, um welche Art des Schlafs es geht. Ist es der gefährliche Schlaf falscher Sicherheit und Selbstgerechtigkeit? Im Lied "Sonne der Gerechtigkeit" heißt es: "Weck die tote Christenheit aus dem Schlaf der Sicherheit..." Solch einen Schlaf gibt es auch! Oder ist es der Schlaf des tiefen Friedens mit Gott, als Gotteskind. Es ist der Schlaf, der uns Kraft gibt, neue Energie. Für den Tag, auch für die Arbeit, für alles Tun und Schaffen in der Familie, im Beruf, in der Gemeinde!

Schlafe und arbeite!

Denken wir an Elia (1. Könige 19). Den großen Prophet, der ein Burnout hatte. Der Kerl war ausgebrannt. Er wollte abhauen, rannte in die Wüste, wollte sterben. Und dann schlief er. Sicher

ein unruhiger, albtraumhafter Schlaf. Und dann begegnete ihm Gott in einem Engel. Und der hält ihm keine lange Predigt, sondern gibt ihm erst mal was zu essen und zu trinken und nochmals eine große Mütze Schlaf! Er darf schlafen. Wieder schlafen. Aber diesmal ist es ein ganz anderer Schlaf: voller Regeneration. Voller Kraft tanken. Denn nach dem Schlaf kommt die Arbeit. Elia hat eine weite Reise vor sich, ein großer Auftrag, noch viel zu tun. Und wie steht es in unserem Psalm? Direkt vor dem schönen Vers mit dem Schlafen geht es ums Arbeiten. Um den Hausbau. *Wenn der HERR nicht das Haus baut, so arbeiten umsonst, die daran bauen.*

Da ist vom Hausbau die Rede. Und gemeint ist mehr als nur ein Haus. Gemeint ist das Lebenshaus. Dein ganzes Leben. Wo es so viel zu bauen und zu tun und zu schaffen gibt. Und es ist zugleich auch das Haus Gottes gemeint. Damals der Tempel. Bedenken wir: Der Psalm ist ein Psalm Salomos, des Erbauers des Tempels in Jerusalem. Der weiß, wovon er redet.

Für uns heute ist das "Haus Gottes" die Gemeinde. Und auch da gibt es viel zu tun und zu arbeiten! Und das stellt der Psalm nicht infrage. Ja, Arbeit gehört dazu, Mühe und Anstrengung. Aber bitte, bitte baut nicht alleine! Nicht auf eigene Faust! Lasst Gott selbst den Bauherrn sein, den Vorarbeiter, den Chef. Er soll das Lebenshaus mit euch bauen. Und er soll die Gemeinde bauen - nicht wir allein. Natürlich können wir so viel tun, auch bei uns in der Martins-Gemeinde: Veranstaltungen, Events, Aktivitäten, Programme... Doch Jesus sagt: *Ohne mich könnt ihr nichts tun!* (Johannes 15). Das bedeutet doch: Ohne Jesus ist all unsere Arbeit *nichts*. Umsonst! *Wenn der HERR nicht das Haus baut, so arbeiten umsonst, die daran bauen.*

Aber mit ihm, da kann die Arbeit Freude machen.

Vertraut ihm doch alle Arbeit an! In euerm Leben, und auch in der Gemeinde. Dann muss die Arbeit uns auch nicht mehr erdrücken, nicht krank machen, nicht Angst machen. Dann können wir ruhig schlafen. Im Vertrauen darauf:

Den Seinen gibt's der Herr im Schlaf!

Amen.