

# Die Radiopredigten

Auf Radio SRF 2 Kultur und Radio SRF Musikwelle gehört, zur Ergänzung notiert.  
Es gilt das gesprochene Wort

Henriette Meyer-Patzelt, ev.-ref.

1. Januar 2018

## Der Herr gibt es den Seinen im Schlaf

### Psalm 127

Liebe Hörerin, lieber Hörer – guten Morgen zu diesem ersten Tag im neuen Jahr!

Über Nacht ist ein Jahr zu Ende gegangen – über Nacht hat dieses neue Jahr 2018 begonnen.

Die einen haben das alte Jahr gebührend verabschiedet und sich um Mitternacht zugeprostet zu all dem, was dieses neue Jahr für sie und für unsere Welt bereithält. Die anderen haben geschlafen - gleichsam - hinüber geschlafen ins neue Jahr. Ein geflügeltes Wort sagt: *Den Seinen gibt's der Herr im Schlaf* – also - auch ein neues Jahr.

Dieses geflügelte Wort *Den Seinen gibt's der Herr im Schlaf* stammt aus der Bibel, aus Psalm 127. Dieser Psalm wird König Salomo zugeschrieben. Er soll weise gewesen sein. Verfasst worden ist der Psalm in vorchristlicher Zeit - und somit geht auch der Ursprung dieses geflügelten Wortes weit zurück. Lebenserfahrung und Erkenntnis machen Menschen weise. Der König Salomo war nicht nur weise. Er war auch ein sorgfältiger Beobachter: Seine Worte, die bis in unsere Tage in diesem geflügelten Wort zitiert werden, hat er eingebettet in folgende Beobachtung: *Es ist umsonst, dass ihr (Menschen) früh aufsteht und euch spät erst niedersetzt, um das Brot der Mühsal zu essen; denn der Herr gibt es den Seinen im Schlaf.* Wer möchte sich dieser Beobachtung widersetzen?! Denn es ist ja so: Die einen rackern sich ab bei ihrer Arbeit von morgens bis abends, den anderen fällt Erfolg zu, ohne dass sie sich übermässig dafür angestrengt

haben. Die einen haben wenig zum Leben und es bleibt dabei bei allem Fleiss - die anderen haben viel zum Leben und es wird immer mehr. So einfach lässt sich dieses geflügelte Wort *Der Herr gibt es den Seinen im Schlaf* allerdings nicht bei Seite legen. Menschen nehmen es zwar bis heute in den Mund, doch zutreffend scheint es nicht immer zu sein: Denn viele Menschen arbeiten gern und sind auch gern selber für ihren Lebensunterhalt zuständig. Ihre Arbeit ist ihnen Auftrag und Lebenssinn. Kaum jemand hat auf die Länge Gefallen daran, tagaus, tagein nichts zu tun. Kaum jemand findet auf die Länge Erfüllung im Warten auf die Gaben aus heiterem Himmel ohne selber dazu etwas beizutragen.

Was hat es dann mit diesem Wort vom Schlaf auf sich? Zunächst einmal nimmt das Wort ein Dauerthema unserer Zeit auf. Vielleicht gehören Sie, liebe Hörerin, lieber Hörer, zu denen, die kein Problem mit dem Schlaf haben – oder aber Ihnen bereitet das Ein- und Durchschlafen Mühe und Sie quälen sich oft durch die Nacht. In der Schweiz soll jeder und jede Vierte Schlafprobleme haben. Die Gesundheitsindustrie bietet dagegen eine Palette von Medikamenten an. In den Schlafkliniken beschäftigt der Schlaf Menschen Tag und Nacht.

Bis in die Mitte des 19. Jahrhunderts wurde dem Schlaf keine besondere Bedeutung beigemessen. Da meinten die Wissenschaftler: der Schlaf gehört ganz einfach zum Menschen dazu. Da ist er passiv und ruht sich aus von allen Aktivitäten, Eindrücken und Bildern vom Tag. *Der Herr gibt es den Seinen also im Schlaf* – oder – die Ruhe zum Schlafen auch nicht? Am Ende des 19. Jahrhunderts sah es in der Erforschung des Schlafs allerdings dann anders aus. Der Wiener Psychoanalytiker Sigmund Freud meinte Botschaften in den Träumen der Nacht zu erkennen. Und sein Buch - «Die Traumdeutung» - wurde zum Jahrhundertbuch. In der Folge - ungefähr in der Mitte des 20. Jahrhunderts - begann die Hirnforschung auch den Schlaf genauer zu untersuchen und fand verschiedene Schlafphasen heraus: Da gäbe es zum Beispiel eine Übergangsphase von Wachen und Schlafen, einen Einschlafpunkt und eine spätere Phase, in der der Mensch in tiefem Schlaf ruht. Schlaf- und Wach-Rhythmen wurden untersucht - vom Neugeborenen bis zum betagten Menschen. Und schliesslich entstanden und entstehen immer wieder Studien zum Thema Schlaf – belanglos für die einen, erhellend für die anderen.

Dem biblischen Wort vom Schlaf liegt keine wissenschaftliche Studie zu Grunde. Es geht weit in die Geschichte der Menschheit zurück - in eine Zeit, in der Menschen eine Verbindung zwischen dem Schlaf und der göttlichen Welt vermutet haben. In der griechischen Mythologie zum Beispiel war es der Gott Hypnos, der Mensch und Tier den Schlaf brachte und über ihrem Schlaf wachte. Der Name dieser Gottheit klingt an im Wort «Hypnose», eine Therapieform, die Menschen zu besonderem Bewusstsein von Verdrängtem verhilft. Nun braucht es nicht erst die Hypnose, damit Menschen zu Bewusstsein über sich selbst gelangen. Der Volksmund sagt: Eine Nacht drüber schlafen - und dann weißt du die Antwort oder die Lösung deines Problems – oder mehr über dich selbst.

Da gibt der Herr die Lösung den Seinen im Schlaf? Oder ist da unsere Seele am Werk, während Kopf und Körper sich ausruhen vom Tagesgeschehen und schlafen? Von Jakob, einem Urahnen des hebräischen Volkes, wird im ersten Testament berichtet, er habe einmal im Traum eine Stimme gehört, die zu ihm sagte: *Schau, ein Aufgang, gestellt auf die Erde, und seine Spitze rührt an den Himmel. Schau, die Boten Gottes steigen auf und kommen herab ... Schau, ich bin bei dir und ich behüte dich überall, wohin du gehst. Ja, ich verlasse dich nicht, bis ich getan habe, was ich dir zusage.* Und als Jakob aus seinem Schlaf erwachte, sagte er: *Ja, wirklich, Gott ist an dieser Stätte und ich wusste es nicht.* So deutete Jakob die Stimme im Traum jener Nacht als Stimme Gottes. Und Jakobs weiterer Weg zeigt: ermutigt durch diese Stimme setzte er seinen Weg fort – achtsam und wach.

Einer anderen Person, von der das 2. Testament in der Bibel berichtet, ist es im Traum nicht so gut ergangen wie Jakob. Es war die Frau des Pilatus, die wohl nach einem Alptraum ihrem Mann im Prozess gegen Jesus ausrichten liess: *Halte dich von jenem Gerechten fern. Seinetwegen habe ich diese Nacht im Traum viel ausgestanden.* Die Botschaft dieses Traumes hatte die Frau des Pilatus wach gerüttelt. Pilatus selber ignorierte sie.

Doch im Schlaf kommt oft ans Licht, was ans Licht kommen soll – über Nacht. Und manchmal begleitet ein Traum uns den ganzen Tag. So wird es auch in diesem neuen Jahr sein: Der Schlaf erhellt unser Denken und Tun, wenn wir ihn pflegen – den Schlaf in der Nacht und die Ruhezeiten am Tag. Denn im Schlaf - und in den Ruhezeiten am Tag - empfangen wir, was wir brauchen: Entspannung und Energie – und - wer weiss - den einen und anderen Hinweis des Himmels.

Genügend Schlaf bewahrt uns davor, Entscheidendes in diesem 2018 zu verschlafen. Genügend Schlaf hilft uns auch, den Gang der Welt und unseren eigenen Gang achtsam wahrzunehmen. Und die Gläubigen aller Zeiten hoffen auf Gottes Wachsamkeit – über uns und unserer Welt in diesem neuen Jahr – ganz nach der biblischen Verheissung:

*Gott lässt deinen Fuss nicht wanken;  
der dich behütet, schlummert nicht.  
Sieh, nicht schlummert noch schläft er.  
Bei Tage wird dich die Sonne nicht stechen  
noch der Mond des Nachts.  
Gott behütet deinen Ausgang und Eingang.*

*Henriette Meyer-Patzelt*  
Dorfstr. 75, 8805 Richterswil  
[henriette.meyer-patzelt@radiopredigt.ch](mailto:henriette.meyer-patzelt@radiopredigt.ch)

*Auf Radio SRF 2 Kultur und auf Radio SRF Musikwelle um 10.00 Uhr (kath.) und um 10.15 Uhr (ref.)*

ISSN 1420-0155, Herausgeber: Katholisches Medienzentrum, Reformierte Medien. Jahresabo per Kalenderjahr zu Fr. 45.-- als PDF-Datei. Einzel-Expl. im Kopie-Verfahren für Fr. 3.-- über Radiopredigt, Postfach 1914, 4001 Basel. Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdruckes, jegliche Reproduktion sowie Übersetzungen bleiben vorbehalten. Bestellungen und Elektron. Versand: Radiopredigt c/o Reformierte Medien, Pfingstweidstrasse 10, 8005 Zürich, mail: [abo@radiopredigt.ch](mailto:abo@radiopredigt.ch) Produktion: Reformierte Medien, Zürich