

## Den Seinen gibt´s der Herr im Schlaf.

17. Jun. 2015

Den Seinen gibt´s der Herr im Schlaf. Dieses Sprichwort steht in der Bibel. Aber das macht es nicht weniger ärgerlich, oder? Den Seinen gibt´s der Herr im Schlaf. Und was ist mit den anderen?

Es gibt Menschen die meinen tatsächlich, dass man zum Beispiel am Reichtum erkennen kann, ob Gott einen Menschen segnet. Dass der Segen mit dem Reichtum wächst; oder eben auch nicht.

Doch das ist nicht bloß ärgerlich. Das ist schlichtweg falsch. Aber es bleibt ja die Tatsache, dass einige Menschen offensichtlich bevorzugt zu sein scheinen.

Den Seinen gibt´s der Herr im Schlaf. Manchen fallen Dinge doch wirklich wie im Schlaf zu. Da sitzen alle in der Firma bei einem Meeting zusammen. Und einer entwirft mal eben so ein Konzept, das auch noch besser und witziger ist als das, für das sich ein Anderer das ganze Wochenende um die Ohren geschlagen hat.

Da kann man sich doch nur ärgern, oder? Und das soll auch noch Gottes Wille sein? Doch in dem biblischen Sprichwort steckt für mich auch eine sehr heilsame Erkenntnis:

Ich habe nicht alles selber in der Hand. Die besten Fähigkeiten, die ich habe, habe ich mir nicht selbst erarbeitet. Gott hat sie mir in die Wiege gelegt, sozusagen im Schlaf. Dafür kann ich nichts. Dafür bin ich Gott einfach nur dankbar.

Fast klingt das wie ein Lob der Faulheit oder ein Hohelied auf den Müßiggang. Aber wäre das eigentlich so verkehrt? Wie wäre es mit etwas mehr Gelassenheit in einer Welt, die vor Tatendrang fast aus den Fugen gerät?

Wenn nicht der Herr das Haus baut, müht sich jeder umsonst, der daran baut. Es ist umsonst, dass ihr früh aufsteht und euch spät erst niedersetzt, um das Brot der Mühsal zu essen; denn der Herr gibt es den Seinen im Schlaf. So steht es in Psalm 127.

Wie viel von dem, was Menschen Tag für Tag tun und machen ist im Grunde umsonst? Wie viel hätte man sich genauso gut sparen können? Da will ich noch eben was fertig machen, und hier fange ich auf die Schnelle schon mal was ganz Neues an. Und am Ende ist Beides Nichts geworden. Alles nur Murks.

Hätte ich mir doch etwas mehr Zeit genommen; oder hätte ich doch einmal darüber geschlafen... Überhaupt, der Schlaf. Man kann diesen Vers auch anders übersetzen: Der Herr gibt den Seinen Schlaf. Und mir gefällt diese Variante sogar besser. Der Herr gibt den Seinen Schlaf.

Ich kenne viele Menschen, die gar nicht oder nur schlecht in den Schlaf finden. Das kann natürlich viele Ursachen haben. Aber einen Grund für schlechten Schlaf höre ich immer wieder: Ich kann nicht abschalten. Ich nehme die Sorgen und Probleme des Tages mit in mein Bett. Kaum lege ich mich hin, kommen die Gedanken.

Das kann man sicher nicht so einfach abschalten. Aber ich kann es lernen, jeden Tag mit seinen Sorgen abzugeben. Manchmal schreibe ich all die Gedanken, die mich vom Schlaf abhalten, auf ein Blatt Papier und lege diesen Zettel dann wirklich irgendwo ab.

Noch besser ist es, mich selbst sozusagen bei Gott abzugeben. Das mache ich, wenn ich abends bete. Wie gut ist es, wenn ich weiß: Ich bin in der Hand eines Größeren geborgen. Darum kann ich beruhigt schlafen.

Letztens legte mir eine junge Mutter ihr Baby in den Arm. Ich kannte die Mutter zwar, aber das Baby hatte ich nur einmal vorher kurz gesehen. Doch der kleine Junge vertraute seiner Mutter, die ihn mir überließ. Erst blinzelte er noch eine Weile, aber dann schlief er in meinem Arm ein.

Vertrauen lässt ruhig werden.

In diesem Sinn gibt die Bibel auch eine Anleitung für einen guten Schlaf:

Ich ließ meine Seele ruhig werden und still; wie ein kleines Kind bei der Mutter, so ist meine Seele still in mir. So heißt es in Psalm 131. Im Vertrauen kann ich getrost schlafen. Und im Vertrauen kann ich auch diesen neuen Tag mit all seinen Herausforderungen getrost annehmen.

Redaktion: Pfarrer Frank-Michael Theuer ([frank-michael.theuer@gep.de](mailto:frank-michael.theuer@gep.de))

Weitere Sendungen, Informationen, Audios und mehr finden Sie unter:  
<http://rundfunk.evangelisch.de/kirche-im-radio/deutschlandfunk/morgenandacht>

Facebook: <https://www.facebook.com/deutschlandradio.evangelisch>