

Fast die ganze Nacht hatte sie wach gelegen. Erst gegen Morgen war sie in einen kurzen unruhigen Schlaf gefallen. Als sie dann wieder die Augen wieder aufschlug, weil der Wecker klingelte, der sie unerbittlich in den Alltag rief, war sie wie gerädert. Bloß eine Entscheidung hatte sie noch nicht getroffen, obwohl es doch wirklich Zeit wurde; wahrscheinlich aber würden sowieso andere bestimmen wie es mit ihr weiterging, die Vorgesetzten, die Mächtigen, das Schicksal, Gott; wer konnte das schon mit Sicherheit sagen?

Fast jeder Mensch kennt solche schlaflose Nächte, wenn sich die Gedanken im Kreis drehen und man keine Ruhe findet, weil man ahnt, dass schwerwiegende Dinge bevorstehen: eine ärztliche Diagnose nach einer vorangegangenen Untersuchung, ein Gespräch mit dem Chef über die eigene berufliche Zukunft, der Versuch eines versöhnlichen Gesprächs nach einem Streit in der Familie oder im Freundeskreis, der Ausgang eines Gerichtsverfahrens oder eine wichtige Prüfung. Gerade wenn man in der Nacht eigentlich zur Ruhe kommen will, ja muss, wird die innere Unruhe immer größer, die Zeiger der Uhr drehen sich erbarmungslos weiter und eigentlich lohnt es sich schon gar nicht mehr zu schlafen, aber dann fallen einem die Augen doch noch zu...

Diese beschriebene menschliche Erfahrung erinnert mich immer wieder an eine Geschichte aus dem Neuen Testaments: Jesus steht kurz vor der Verhaftung im Garten Gethsemane, er ahnt was auf ihn zukommt und zieht sich zum Beten zurück. Seine Jünger bittet er mit und über ihn zu wachen, aber als er zurückkommt findet er sie schlafend vor. Jesus spricht dann jenen wohl bekanntesten Satz aus diesem Abschnitt der Passionserzählung, der lange in der christlichen Tradition zur Ermahnung, aber vielleicht auch zur Beruhigung der Gläubigen gedient hat: „Wachet und betet, dass ihr nicht in Anfechtung fallt!“ (Mt. 26,41).

Heißt das nun: bloß nicht einschlafen bei Problemen, wach bleiben, auf der Hut sein? Hat Jesus das damals so gemeint? Schlaflose Nächte und Tage für alle, auch für die, die gerade nicht Nachtschicht haben?

Wahrscheinlich eher nicht, denn zum Leben brauchen wir Menschen Erholungsphasen und auch einen gesunden Schlaf, der uns überhaupt erst die Kraft gibt, uns drängenden Problemen zu stellen. Aber Jesus meinte sicherlich auch nicht, dass wir Probleme verschlafen, aussitzen oder verdrängen, sondern kraftvoll angehen, dass wir uns auch mit dem Dunklen im Leben auseinandersetzen, Chancen erkennen und die Hoffnung nicht übersehen sollen.

So leicht gesagt, oft so schwer getan. Wer schafft es schon alle seine Probleme und Sorgen allein in den Griff zu bekommen? Immer wieder stoßen wir doch an die Grenzen unserer eigenen Kraft, wissen nicht mehr weiter und würden am liebsten die Augen vor der Realität verschließen. Gerade für solche Lebenssituationen legt uns Jesus noch etwas Weiteres ans Herz: Beten.

Leid, Not, Probleme vor Gott bringen, (sich) aussprechen und so Manches in die Hand eines Größeren legen, das hat nichts mit Verdrängen, Weglaufen oder Verschlafen zu tun, sondern das kann ein sehr aktiver Prozess sein, um sich auch schweren Zeiten des Lebens zu stellen. Auch wenn Beten nicht alle Wünsche erfüllt, nicht alle Probleme löst, alle Sorgen vertreibt, auch wenn wir manchmal den Eindruck haben, unsere Gebete bleiben unerhört (und manchmal sind sie das wohl auch in Gottes Ohren), so antwortet er uns doch, wenn auch häufig anders als wir es uns erwartet und erträumt haben. Meine Erfahrung zumindest ist, dass Beten sich lohnt,

das Beten etwas verändert, vielleicht nicht immer an meinen Problemen selbst, aber ganz sicher in meinem Leben, für das ich durch das Beten einen anderen Blick gewinne.

Wenn man schon nicht schlafen kann, dann könnte man es doch mal mit Beten anstatt Schäfchen zählen versuchen – oft wird einem dann auch die dringend benötigte Ruhe geschenkt. Der Kelch des Leidens ist damals nicht an Jesus vorüber gegangen, aber er konnte ihn annehmen und sein Leben und Leiden tragen, denn er selbst wusste sich getragen von Gott – er setzte aktive Annahme gegen das passive Schauen auf die Schlange eines blinden Schicksals. Wachen und beten auch wir, auf das wir Leben gewinnen, in dunkler Nacht und an jedem Morgen neu.

Uwe Köster, nebenamtlicher Pfarrer der ev. Bundespolizeiseelsorge in Bremen