**Predigt am 8. Sonntag nach Trinitatis, dem 6. August 2017**

**im LoGo der St. Petrigemeinde Hannover**

*Es ist umsonst, dass ihr früh aufsteht und hernach lange sitzet und esset euer Brot mit Sorgen; denn den Seinen gibt er es im Schlaf. Ps 127,2*

*Sandmännchenmelodie -* „Und nun schnell ins Bett und schlaft recht schön!”

Liebe LoGo-Gemeinde,

das wäre doch was: Jetzt eine Runde schlafen. Kirchenschlaf! Wie gesundheits-fördernd! Wenn wir jetzt im belgischen Bellegem wären, dann könnten wir das jetzt richtig gut. Kirchenschlaf deluxe. Mit Federbetten und allem Drum und Dran.

So viel Luxus haben wir hier leider 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: *Schlaf gut - den Seinen gibt’s der Herr im Schlaf!*

Ich habe mir 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 es schon richten wird? *Den Seinen gibt’s der Herr im Schlaf*… Aber da musste ich an meinen Vorvorgänger in Hermannsburg, Louis Harms denken:

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 gefragt, ob denn der Heilige Geist auch am letzten Sonntag zu ihm gesprochen habe. Ludwig Harms, so heißt es, habe 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.

*Schlaf gut,* das ist eigentlich ein wunderschönes Thema. Mir ist aufgefallen: Ich hab noch nie über den Schlaf gepredigt.

Und es ist schon erstaunlich, was die Bibel zu dem Thema alles zu sagen hat. Wenn wir uns mal an die Schöpfungsgeschichte erinnern: Das schönste Geschenk, was er dem Adam machte, seine Frau, gab Gott ihm im Schlaf. *Den Seinen gibt’s der Herr im Schlaf*…

Ja, Schlafen ist ohne Zweifel eine großartige Erfindung des Schöpfers. Und Normalerweise bringen wir etwa ein Drittel unseres Lebens mit Schlafen zu.

Aber schon Adam musste erfahren, dass das mit dem Schlafen nicht immer ganz einfach ist. So dichtet Matthias Claudius etwas etwas bissig:

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

**1. Was bringt dich um den Schlaf?**

Schlafen, wunderbar! Nicht schön dagegen, wenn man mitten aus dem Schlaf gerissen wird. Vor ein paar Wochen kam unsere Ida ins Schlafzimmer. Das war etwa so gegen 2 Uhr nachts: “Mama? Papa?“ „-Jaaa!“ „Ich glaub, ich muss spucken...“ - und da war’s auch schon zu spät! 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 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, das ist schrecklich. Massiver Schlafentzug war in den Gefängnissen der Stasi eine der schlimmsten Foltermethoden.

Die mit Abstand häufigsten Ursachen für Schlafstörungen sind: 1. allgemeiner Stress und Ängste, dann 2. berufliche Überforderung und an 3. Stelle private Sorgen und familiäre Probleme. Also Stress, Ängste und 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 sitzet und esset euer Brot mit Sorgen.*

Der Psalmbeter hat Menschen vor Augen, die vor lauter Sorgen nicht schlafen können. Getrieben von Fragen und Ängste wälzt man sich im Bett und findet nicht in den Schlaf. Dann steht man auf, übermüdet und übernächtigt. Sitzt am Frühstückstisch, kaut sein Müsli, bevor man in den Tag startet.

Ich selber erinnere mich an eine Phase, wo es mir auch nicht so gut ging. Ich konnte nicht einschlafen, nicht durchschlafen. Da waren Ängste. Die Ärzte hatten zufällig auf einem Röntgenbild einen kleinen Schatten im Hinterkopf entdeckt. Andere sehr private Sorgen kamen dazu. Es kam manches zusammen. Das alles hat Gott mittlerweile wunderbar in Ordnung gebracht. Damals aber konnte einfach nicht schlafen.

Leider habe ich damals nicht an diesen Psalm gedacht. Denn er zeigt doch so klar auf: Was bringt es denn, wenn du wenn du grübelst und dir den Kopf zerbrichst? Kannst du durch diese Unruhe nur eine einzige Sorge loswerden? *Es ist umsonst!* sagt der Psalm. Es ist umsonst, dir so viele Sorgen zu machen! Es hilft doch nicht!

Was aber kann helfen? *Alle eure Sorgen werft auf IHN, denn er sorgt für euch*, rät uns der Apostel Petrus (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.

**2.** Ihr Lieben, wie oft ist es aber auch das Gewissen, das mich nicht schlafen lässt. **Schlafe den Schlaf des Gerechten**!Wie schön, wenn’s ginge!

Aber wie oft enttäusche ich andere und mich selbst. Und auch das bringt mich um den Schlaf.

Was würde ich darum gegeben, so schlafen zu können wie Jesus. Denken wir an die Sturmstillung. Unglaublich! Da ist das Chaos pur! Die Jünger fürchten um ihr Leben. Und Jesus schläft! Was für ein tiefer Friede kommt darin zum Ausdruck! Klar, der ist gerecht. Der schläft den Schlaf des Gerechten.

Wäre es nicht großartig, wenn Jesus uns eine Mütze voll Schlaf abgeben würde, wenn wir nicht schlafen können? Weißt du was? Das will er. Das tut er.

Und nicht nur das. Er gibt uns auch von seiner Gerechtigkeit etwas ab. Und nicht nur eine Mütze voll, nicht nur so ein bisschen. Sondern er schenkt uns seine ganze Gerechtigkeit.

Denn das ist ja die Botschaft des Glaubens: Jeder, der zu Christus gehört, ist dadurch gerecht gemacht! Und kann den Schlaf des Gerechten schlafen. Übrigens wählt unser Psalm im O-Ton ja noch ein anderes  Wort: Freunde! Da steht ja: “*Seinen****Freunden****gibt es der Herr im Schlaf*.”

Ihr Lieben, das hängt alles zusammen: Wenn wir zu Christus gehören, sind wir nicht nur gerecht gemacht in Gottes Augen – trotz all unserer Fehler und Ungerechtigkeiten, sondern wir sind seine Freunde, ja geliebte Kinder Gottes. Mach dir das klar! Du bist ein geliebtes Gotteskind! Das lässt dich sicher ruhen.

Ich erinnere mich, dass mir eine alte Frau von den Bombennächten damals in Hamburg erzählte und wie sie als kleines Kind mit ihrer Mutter im Bunker ausharrte. Rings um sie herum donnernder Lärm, Sirenen, das Krachen der Bomben - und sie hat dabei tief und fest geschlafen! Ganz ruhig! Im Schoß der Mutter, als geliebtes Kind! Was für eine Geborgenheit in größter Gefahr.

Solch einen Frieden kann der Glaube geben. 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!

Liebe Gemeinde, überhaupt ist der Schlaf ein gutes Bild für den Glauben. Denn:

**3. Schlaf ist Gnade**

Wie ist das beim Schlafen? Ich tue nichts. Ich bin einfach nur. Ich bin da. Im Schlaf kann ich keine Leistung erbringen. Wohl aber etwas empfangen! Kraft, Regeneration, Ruhe, Energie. Und so ist es mit dem Glauben auch: Da kommt es nicht auf das an, was ich tue, nur noch was ich bin. Denn da bin ich Empfangender.

Das fällt uns Menschen so schwer. Wir wollen immer Leistung bringen. Arbeiten, schaffen und dafür Lohn bekommen. Und am besten auch beim Glauben: Sich abmühen, etwas schaffen, 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.

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 brauche 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: Ich hab alles selber hingekriegt und mir Reichtum und Wohlstand erarbeitet. Jetzt habe ich alles, mehr 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? Solch einen Schlaf gibt es auch! Oder ist es der Schlaf des tiefen Friedens mit Gott, als Gotteskind. Das nämlich 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!

**4. Schlafe und arbeite!**

Denken wir an Elia (1. Kön 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 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. Er darf Kraft tanken.

Denn nach dem Schlaf kommt die Arbeit. Elia hat eine weite Reise vor sich und viel zu tun. Und wie steht es in unserem Psalm? Direkt vor dem schönen Vers mit dem Schlafen geht es ums Arbeiten. *Wenn der HERR nicht das Haus baut, so arbeiten umsonst, die daran bauen.*

Da ist vom Hausbau die Rede. Und 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.

Für uns heute ist das “Haus Gottes” die Gemeinde. Und auch da gibt es viel zu tun und zu arbeiten! Auch Überlegungen, wie ihr hier in Hannover die Leute am besten erreicht. Und das alles 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 könnt ihr so viel tun, hier in der Petrigemeinde: Veranstaltungen, Events, LoGo, Programme… Doch Jesus sagt: *Ohne mich könnt ihr nichts tun!* Das bedeutet doch: Ohne Christus ist all unsere Arbeit nichts. *Frustra*, umsonst! *Wenn der HERR nicht das Haus baut, so arbeiten umsonst, die daran bauen.*Aber mit ihm, da kann die Arbeit Freude machen.

Liebe Gemeinde, vertraut unserm Herrn alle Bereiche eures Lebens an: Probleme, Nöte, die Arbeit, den Alltag, und eure Gemeinde. Dann müssen uns die Arbeit, und die großen und kleinen Sorgen auch nicht mehr erdrücken, nicht krank machen, nicht ängstigen. Dann können wir ruhig schlafen. Im Vertrauen darauf: *Den Seinen gibt’s der Herr im Schlaf!* Amen.