

17.01.2022 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von  
Dr. Ulf Häbel,  
Evangelischer Pfarrer, Laubach-Freienseen

## "Manchmal habe ich Angst vor der Nacht"

Eine Frau hat zu mir gesagt: „Manchmal habe ich Angst vor der Nacht.“ Nicht einschlafen können oder mitten in der Nacht aufwachen mit quälenden Gedanken. Das kennt sie. Wie es wohl ihrem Sohn geht? Der studiert und studiert und wird nicht fertig. Woran liegt das? Hat sie etwas falsch gemacht? „Ach Gott“, sagt sie. Und sie meint wirklich „ach Gott“.

Nachtgedanken muss man aushalten

Solche Nachtgedanken kann man nicht einfach beiseiteschieben oder ausblenden. Man muss sie aushalten mit der Hoffnung, dass der Schlaf wiederkommt oder die Nacht bald vorbei ist.

Jakob findet keine Ruhe

In der Bibel steht die Geschichte von einem Menschen, der in der Nacht kämpft. Er heißt Jakob. Er hat auch seine familiären Probleme. Bei ihm ist es sein Bruder, mit dem er seit vielen Jahren zerstritten ist. Jakob will sich nun endlich mit seinem Bruder versöhnen. In der Nacht, bevor er sich mit ihm trifft, findet er keine Ruhe. Er ringt mit sich selbst, mit seinem Bruder, mit wem vielleicht

noch?

Manchmal fühlt man sich nachts, wie zerschlagen

Es ist wie ein Reinigungskampf mit einer Gestalt, die er in der dunklen Nacht nicht erkennt. Er verletzt sich dabei. In der Bibel steht: Er verrenkt sich die Hüfte. So kann man sich fühlen, wenn man nachts nicht schlafen kann: verrenkt, wie geschlagen.

„Ich lass dich erst los, wenn du mich gesegnet hast.“

Doch dann geht die Sonne auf. Und Jakob erkennt, dass er mit Gott gerungen hat. Da sagt er: „Ich lass dich erst los, wenn du mich gesegnet hast.“

Mir hilft dieser Satz in schlaflosen Nächten, wenn ich mit mir ringe, mit meinen Sorgen oder wer weiß, mit wem noch. Dann sage ich zu Gott: „Ich lass dich erst los, wenn du mich gesegnet hast.“