



KIRCHE IM NDR

Nachtgedanken

Mo – Fr & So ca. 20.45 Uhr; Sa ca. 16.45 Uhr als “Zwischendrin“

15. – 21. Juli 2024

Von Oberkirchenrat Helmut Aßmann

Schlafen

Dösen, Schlummern, Pennen. Verschiedene Worte für den Schlaf, das Schlafen. Helmut Aßmann meditiert, durchdenkt, beleuchtet diese Begriffe in seinen Nachtgedanken für NDR 1 Niedersachsen. Helmut Aßmann ist Oberkirchenrat in Hannover.



Helmut Aßmann

Redaktion: Oliver Vorwald
Evangelische Kirche im NDR
Knochenhauerstr. 38-40
30159 Hannover
Tel. (0511) 32 76 21

www.ndr.de/kirche

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt und darf nur für private Zwecke des Empfängers benutzt werden. Jede andere Verwendung (z.B. Mitteilung, Vortrag oder Aufführung in der Öffentlichkeit, Vervielfältigung, Bearbeitung, Übersetzung) ist nur mit Zustimmung der Kath. Kirche im NDR zulässig. Die Verwendung für Rundfunkzwecke bedarf der Genehmigung des NDR.

Montag, 15.7.2024 – Schlafen

Das Verb „schlafen“ hat eine sehr sprechende Herkunft. Es leitet sich ab von dem Wort „schlaff“. Schlafen nimmt den Zustand einer ruhenden Person sprichwörtlich auf. Wer schläft, ist schlaff. Jedenfalls, was den Körper angeht. Mag im Kopf auch noch ein so sprühendes Feuerwerk abgebrannt werden, Arme, Beine und Schultern zeigen davon nur in Ausnahmefällen etwas. Wach bleiben allein das Ohr und das Herz. Denn wer schläft, ist angreifbar. Liefert sich aus. An eine hoffentlich gute Umgebung, freundliche Menschen, stabile Gesundheit und einen zuverlässigen Lauf der Welt. Für den Erhalt des Lebens sind diese schlaffen Phasen notwendig. Ohne sie wird man krank. Für diesen ausgelieferten, schlaffen Moment geben wir die Verantwortung an den ab, der uns wirklich trägt. Schlafen Sie gut, heute Nacht, in Gottes Obhut. Ihr Helmut Aßmann, Oberkirchenrat in Hannover

Dienstag, 16.7. – Schlummern

Wer vom Schlummer redet, bezeichnet damit meist eine poetische, irgendwie idyllische Form von Schlaf. Schlummern hört sich leichter, beweglicher an, näher am Wachzustand. Es ist kein Zufall, dass gerne davon gesprochen wird, dass in einem Menschen oder einer Situation etwas „schlummert“. Das kann verheißungsvoll sein oder bedrohlich. Wenn etwas irgendwo schlummert, wird angezeigt, dass es rasch erwachen und sich entfalten kann. In manch einem Menschen schlummert eine große Gabe, in einem anderen ein böses Vorhaben. Unter den Oberflächen unseres Alltags schlummert immer etwas, und wir sind gut beraten, damit zu rechnen. Vor allem damit, dass es etwas Gutes, Segensreiches und Schönes sein könnte. Ja, dass Gott es gut mit uns meinen könnte. Schlafen Sie gut, heute Nacht, in Gottes Obhut. Ihr Helmut Aßmann, Oberkirchenrat in Hannover

Mittwoch, 17.7. – Pennen

Mancher geht nicht ins Bett, sondern einfach „pennen“. „Pennen“ ist eine umgangssprachliche Bezeichnung, klingt ein wenig hingeworfen, irgendwie rotzig. Nach ausschweifenden Feiern geht man pennen. Nach einem harten Arbeitstag. Oft wird dieses Wort auch verwendet, wenn jemand etwas „verpennt“ hat. Da ist dann jemand unaufmerksam, abgelenkt, vergesslich. Aus diesem Grund ist das Wort „Penne“ als humorvoller Ausdruck für die Schule bei Angehörigen meiner Generation ebenso sprechend wie geläufig. „Sich hin- oder aufs Ohr hauen“ und eine Runde „Matratzenhorchdienst“ machen, derlei gehört in eine ähnliche Abteilung der Schlafausdrücke. Interessanterweise haben die glaubenden Menschen Gott öfter vorgeworfen, dass er schlafe, aber nie, dass er gepennt habe. Schlafen Sie gut, heute Nacht, in Gottes Obhut. Ihr Helmut Aßmann, Oberkirchenrat in Hannover

Donnerstag, 18.7. - Bubu machen

„Ich gehe Bubu machen“. Das sagte mein Vater, wenn er Mittagsschlaf halten wollte. „Bubu machen“. das habe ich als Kind in meinen Wortschatz aufgenommen und verwende es bis heute. Es klingt nach Pippi Langstrumpf und Jim Knopf, Kindergarten und Lego-Baukasten. Mit dieser Formulierung wird eine kleine sprachliche Reise in die Kindheit angetreten. Und machen“ - das trägt mich zurück in die Zeit, in der die Welt noch überschaubar und ich nicht für tausend Dinge verantwortlich war oder zu viel schlechten Erlebnisse hinter mir hatte. Eine Zeit, in der Gott im Himmel auf mich aufpasste und allen Menschen nahe war. Darum werde

ich diesen Ausdruck auch weiterhin gern benutzen. Schlafen Sie gut, heute Nacht, in Gottes Obhut. Ihr Helmut Aßmann, Oberkirchenrat in Hannover

Freitag, 19.7. – Dösen

Dösen ist eigentlich kein richtiges sinnverwandtes Wort für den Schlaf. Wer döst, schläft nicht. Der bleibt halb wach, halb schlafend, taucht nicht wirklich ab in die andere Welt. Aber das gibt es eben oft. Jemand möchte schlafen, kann aber nur dösen. Kommt über den Status des Halbschlafes nicht hinaus. Das ist die Schwundstufe des Schlafes. „Dösen“ leitet sich ab aus dem Wort „dösig“. Es bezeichnet jemanden, der in wirrem, lässigem oder taumeligem Zustand ist, in jedem Fall nicht im Vollbesitz seiner geistigen Kräfte. Hin und wieder lässt das Dösen aber auch genau jene Gedanken zu, die wir bei vollem Verstand abgewehrt hätten. Es kann also durchaus sein, dass beim Dösen Gottes Stimme deutlicher zu uns spricht als in der Helle unseres Bewusstseins. Schlafen Sie gut, heute Nacht, in Gottes Obhut. Ihr Helmut Aßmann, Oberkirchenrat in Hannover

Samstag, 20.7. – Zwischendrin um 16.50 Uhr: Nächtigen

Das Wort „nächtigen“ hat einen eleganten und nüchternen Anstrich, hört sich an wie ein Geschäftsvorgang. Es vermeidet eine direkte Aussage über den Schlaf und wählt den Umweg über die Ansage der Zeit, um die es geht. Wer nächtigt, überbrückt die Zeitspanne zwischen der abendlichen Dämmerung und dem Aufgang des Morgens. Auf welche Weise und in welcher Lage, bleibt dabei ungesagt. Interessanterweise erlehen die Beter in den biblischen Schriften oftmals einen guten Schlaf, aber kaum je einen Platz, um nächtigen zu können. Sie geben damit einen Hinweis, der den übermüdeten Leistungsträgern der modernen Gesellschaft nützlich sein könnte. Wichtiger als die großartige Matratze, auf der du liegst, ist der Frieden, in dem du liegst.

Sonntag, 21.7. – Ruhen

„Zur Ruhe gehen“ – das ist eine alte Formulierung für den Schlaf. In ihr schwingt noch etwas von der Vorstellung mit, dass der Schlaf der kleine Bruder des Todes sei. Die nächtliche und die ewige Ruhe haben eben viel miteinander zu tun. In beiden Fällen ist der Mensch auf eine besondere Weise nicht mehr da. Aber es schwingt noch etwas anderes bei dem Wort „ruhen“ mit. Es hat mit dem Sonntag zu tun und damit, dass Gott bei seiner Schöpfung zuletzt den Ruhetag geschaffen hat, das Ende der Aktivität, das Unterbrechen der geschäftlichen Alltagsroutinen. Wer ruht, nimmt teil an diesem großartigen Rhythmus Gottes. Er legt die Arbeit aus der Hand, nimmt seine Finger aus den Speichen und hört wenigstens für ein paar Stunden auf, wichtig sein zu wollen. Wie erholsam! Schlafen Sie gut, heute Nacht, in Gottes Obhut. Ihr Helmut Aßmann, Oberkirchenrat in Hannover