

Hessischer Rundfunk: "Übrigens, HR4"  
Lydia Laucht, Pfarrerin  
Bad Wildungen

21.5.2008

## Tag und Nacht

Der helle Tag, die dunkle Nacht - so zeigen sich Nacht und Tag von außen. Am Tag ist alles sichtbar, in der Nacht im Dunkeln verborgen. Am Tag atme ich ein, in der Nacht atme ich aus. So ist es gewöhnlich. Oder?

Im Innern ist das manchmal genau umgekehrt: Der dunkle Tag ist voller Sorgen und Mühen, die lichtwarme Nacht des Schlafes und einfach Sein-Könnens ist irgendwie heller ...

„Die Nacht ist eigentlich meine Erholung vom Tag. Ich will ruhen“. So erzählt mir die Frau in der Kurklinik. „Denn für mich sind die Tage dunkel und voller Probleme, und die Nacht ist für das Aufatmen, für das Ruhen in Gottes Armen. In die Arme Gottes lege ich mich am Abend. Und dann wache ich doch plötzlich auf mitten in der Nacht und der Tag verfolgt mich und holt mich ein“.

In unserem Gespräch wird deutlich, warum der Tag dunkel ist und die Nacht zuerst hell und getröstet, und dann doch vom Tag überfallen wird. Die Erinnerungen an schwere Zeiten und die Angst vor dem neuen, wahrscheinlich wieder eher dunklen Tag, sind stark und drängen sich vor und unterbrechen den heilsamen Schlaf.

Fangen Sie einfach an, mit Gott zu sprechen: „Ach Gott, hier bin ich mitten in der Nacht und sehne mich nach deinem lichtwarmen Trost. Ach Gott, in der Mitte der Nacht sei du mein Licht. Deine Gnade senke sich herab auf die Tage und die Nächte meines Lebens.“ So können Sie beten, und Sie werden Gott spüren. In Gott sind aufgehoben Tag und Nacht, Sonne und Mond, Sommer und Winter. Das Wunder kann geschehen, dass Sie auch den Tag als Sonnentag erfahren und „Gott sei Dank“ sagen können.