

Sternstunden

Geschichten und
Gebete für
eine gute Nacht



DEUTSCHE
BIBEL
GESELLSCHAFT

edition  chrismen

Tag und Nacht – Vorwort

der Grundrhythmus der Schöpfung.

Von Beginn an. Ein Rhythmus, der alles Leben bestimmt.

Die Nacht hat dabei seit jeher etwas Faszinierendes. Die dunkle Schwester des Tages bringt Entscheidungen und Gespräche, die man bei Tag so intensiv nie führen würde. Sie inspiriert zu Liebes- und Abschiedsbriefen, zu Kreativität, zu Traumabenteuern. Auch Gott ist nachtaktiv: Die Bibel erzählt viele Geschichten, in denen Menschen in der Nacht Gott begegnen. Abraham erhält in einer schlaflosen Nacht die Verheißung einer Nachkommenschaft so zahlreich wie die Sterne am Himmel, Jakob träumt von der Himmelsleiter, und einige Zeit später kämpft er nachts mit Gott und erringt dessen Segen. Eines Nachts kommt schließlich Gott selbst als kleines, unschuldiges Baby in unsere Welt und verändert damit alles, der Beginn einer neuen Zeitrechnung.

Vielleicht öffnet die besondere nächtliche Stimmung die Herzen der Menschen für Gott. Denn sie legt sich wie ein Tuch über die Regeln des Tages, die Gesetze der Realität. In unseren Träumen



können wir fliegen, über uns hinauswachsen, uns verlieben und Dinge sehen, die wir mit dem wachen Blick der Vernunft nicht wahrnehmen können. Ganz nebenbei schenkt uns die Nacht etwas Lebensnotwendiges, den Schlaf. Ganz klar: Wir brauchen die Nacht – und gleichzeitig fürchten wir sie manchmal. Wenn das Gedankenkarussell abends nicht stillstehen will, wenn Sorgen uns den Schlaf rauben. Dass wir die Nacht zum Tag machen, ist sicher ein Grund der Rastlosigkeit. Die Lichtmenge, die wir Menschen ausstrahlen, verdoppelt sich alle elf Jahre. Wir bekämpfen das Dunkel, um noch weiter zu arbeiten, zu grübeln, zu hetzen.

„Die Nacht, in der das Fürchten wohnt, hat auch die Sterne und den Mond“, dichtete einst Mascha Kaléko. Wann haben Sie zuletzt abends in den Sternenhimmel geschaut? Nicht mal schnell auf dem Heimweg, sondern mit Muße. Vielleicht ist es an der Zeit, das Karussell mal anzuhalten und abends auszusteigen. Den Tag loszulassen, den Blick zu den Sternen zu heben, das Staunen wieder zu lernen – und danach an einem Wohlfühlort in diesem Buch zu lesen. Es versammelt eine Auswahl von Geschichten, Gedanken und Gebeten aus Bibel, Literatur und christlicher Tradition, die sich mit der besonderen Stimmung der Nacht beschäftigen. Eine Stimmung, die uns zwischen Abendrot und Morgenstern echte Sternstunden schenken kann.

Vorwort

Und Gott machte zwei große Lichter:
ein großes Licht, das den Tag regiere,
und ein kleines Licht, das die Nacht regiere,
dazu auch die Sterne.

Und Gott setzte sie an die Feste des Himmels,
dass sie schienen auf die Erde.

1. Mose 1,16–17



Stille ist nicht nur
die Abwesenheit von Lärm, sondern ein Schweigen,
das dem Menschen Augen und Ohren öffnet
für eine andere Welt.

SERGE POLIAKOFF

Engel der Stille

*Der Rasenmäher hier
heult schon seit viertel vier.
Ein Radio dröhnt, ein Handy piept,
oh Engel, der die Stille liebt,
ich sehne mich nach dir!*

*Sirenen von weit her
und dann die Feuerwehr,
das Baby brüllt, ein Zlatko singt,
oh Engel, der die Stille bringt,
ich brauche dich so sehr!*

*Ob Supermarkt, ob Zoo,
Musik auf jedem Klo.
Im Fahrstuhl dudelt's Tag und Nacht,
oh Engel, der die Stille macht,
ich werde nicht mehr froh!*

*Ein LKW rangiert,
ein Dackel wird dressiert.
Der bellt, der winselt, kläfft und blaft,
oh Engel, der die Stille schafft,
wo hast du dich verirrt?*

*Du schließt die Tür.
Du kommst zu mir.
Du breitest deine Flügel aus,
und langsam wird es still im Haus.
Ich danke dir!*

GERHARD SCHÖNE





Gedankenkarussell

Da ist es wieder: mein Gedankenkarussell. Jeden Abend steige ich ein und fahre eine Runde. Oder zwei. Oder drei. Ich kann sie nicht zählen. Heute hat es ordentlich Tempo. An mir flitzen Bilder vorbei. Bilder meines Tages. Ich will aussteigen. Jetzt. Ich will diese Bilder in Ruhe betrachten. Eines nach dem anderen. Manche geraderücken. Hand anlegen. Aber keine Chance. Das Karussell dreht sich. Ich drehe mich. Wälze mich hin und her. Meine innere Kirmes kommt jetzt so richtig in Fahrt. Farben. Lichter. Musik. Stimmen. Vor allem: Stimmen. So viele. Sie reden auf mich ein, von außen, fliegen an mir vorbei, weil das Karussell sich immer noch dreht. Ich will antworten. Aber niemand hört mich. Nicht hier. Nicht in meinem Bett. Ich öffne die Augen: Stille. Dunkelheit. Jetzt schlafen, das wär's. Aber ich weiß: Wenn ich die Augen schließe, pocht mein Herz so laut wie wummern-de Bässe.



„Komm, wir gehen jetzt“, höre ich plötzlich jemanden zu mir sagen. Oder will es hören. Inmitten des Gewirrs diese eine Stimme, die ich kenne. Und die mich kennt. Das Karussell dreht sich weiter, langsamer jetzt, eine Weile nur. Bis es anhält. Jemand nimmt mich bei der Hand. Jemand führt mich behutsam die Stufen hinab. Jemand hält mich weiter an der Hand, bis ich fest stehe und das Schwindelgefühl verebbt. Ich will bleiben, weil ich denke: Ich muss bleiben. „Morgen ist auch noch ein Tag“, sagt die Stimme zu mir. Und wir gehen. Ich setzte einen Schritt vor den anderen. Müde. Fast fallen meine Augenlider von allein zu. Ich schlendere, schlurfe, mit Füßen schwer wie Blei. Die Sonne wärmt mich, und leiser Wind trägt die Musik des Tages in die Ferne. Sie verhallt. Alles verhallt. Stille kehrt ein. Echte Stille.

Morgen ist auch noch ein Tag.

ALEXANDER BRANDL
@ALPHA_UND_OH_MEGA

*Der Tag hat Augen,
die Nacht hat Ohren.*

DEUTSCHES SPRICHWORT

Exemplarische Herbstnacht

Nachts sind die Straßen so leer.

*Nur ganz mitunter
markiert ein Auto den Verkehr.*

*Ein Rudel bunter,
raschelnder Blätter jagt hinterher.*

Die Blätter jagen und hetzen.

*Und doch weht kein Wind.
Sie rascheln wie Fetzen und hetzen
und folgen geheimen Gesetzen,
obwohl sie gestorben sind.*

*Nachts sind die Straßen so leer.
Die Lampen brennen nicht mehr.
Man geht und möchte nicht stören.
Man könnte das Gras wachsen hören,
wenn Gras auf den Straßen wär.*

*Der Himmel ist kalt und weit.
Auf der Milchstraße hats geschneit.
Man hört seine Schritte wandern,
als wären es Schritte von andern,
und geht mit sich selbst zu zweit.*

*Nachts sind die Straßen so leer.
Die Menschen legen sich nieder.
Nun schlafen sie, treu und bieder.
Und morgen fallen sie wieder
übereinander her.*

ERICH KÄSTNER





Die Sterne tanzen am Himmel Ballett

Den Schornsteinen geht die Puste aus
Ein Musikant verschnürt seinen Kontrabass
Ein paar Kinder träumen von Gold und Elefanten
Das Nordmeer zieht sich zum Mond zurück
Die Tausendfüßler ziehen ihre Stiefel aus
Ein Bäcker schnarcht und sein Freund sieht fern
Zwei Müllmänner machen die Lichter aus
Im Radio wird nur noch Musik gespielt
Kommissarinnen ermitteln im Schein
von Nachttischlampen
Sei bei uns Gott,
Behüte uns.
Amen.

MATTHIAS LEMME



Standort

INHALT

VERZEICHNIS
DER AUTORINNEN
UND AUTOREN

NACHWEIS
DER ABDRUCKRECHTE

IMPRESSUM

INHALT

Seite

- 4 Vorwort
- 7 Und Gott machte zwei große Lichter ... 1. MOSE 1,16–17
- 8 Stille SERGE POLIAKOFF
- 9 Engel der Stille GERHARD SCHÖNE
- 10 Die Nacht ist ... AUS DEM SENEGAL
- 10 Kuddelmuddel-Stuhl ALEXANDER BRANDL, @ALPHA_UND_OH_MEGA
- 12 Jakob schaut die Himmelsleiter 1. MOSE 28,10–15
- 13 Psst! JOACHIM RINGELNATZ
- 14 An der Schwelle zur Nacht SIBYLLE KÜHN
- 15 Im Traum und in der Liebe ... ITALIENISCHES SPRICHWORT
- 16 Sternegucken damals ANGELA FUHRMANN
- 18 Und er hieß ihn herausgeben und sprach ... 1. MOSE 15,5
- 19 Guter Mond, du gehst so stille THEODOR ENSLIN
- 20 Heute ist manchmal JÖRG NIESNER
- 21 Wenn ich sehe die Himmel ... PSALM 8,4–5
- 22 Der Engel, der umwirft SUSANNE NIEMEYER
- 28 Gedankenkarusell ALEXANDER BRANDL,
@ALPHA_UND_OH_MEGA
- 30 Der Tag hat Augen ... DEUTSCHES SPRICHWORT
- 31 Exemplarische Herbstnacht ERICH KÄSTNER



- 32** Das ewige Wort ... MEISTER ECKHART
- 33** Würde ich mit der Sonne im Meer versinken PETER SPANGENBERG
- 36** Wenn die Sonne in der Nacht scheint
MIRIAM HACKLÄNDER, @ZWISCHEN_HIMMEL_UND_HOELLE
- 38** Der Himmel hat den Menschen ... IMMANUEL KANT
- 39** ... kennt uns beide, hat uns lieb STEPHANIE BRALL
- 40** Die Sterne tanzen am Himmel Ballett MATTHIAS LEMME
- 42** Was für ein Leuchten RAMÓN SELIGER
- 44** Abendgebet DIETRICH BONHOEFFER
- 45** Mondnacht JOSEPH VON EICHENDORFF
- 46** Der Engel, der es mit Ungeheuern aufnimmt
SUSANNE NIEMEYER
- 49** Alle eure Sorge ... 1. PETRUS 5,7
- 50** Wenn man nachts nicht schlafen kann MASCHA KALÉKO
- 51** Wäre das Wort Danke ... MEISTER ECKHART
- 52** Der Engel, der die Träume macht GERHARD SCHÖNE
- 54** Noch Fragen SELIM ÖZDOĞAN
- 57** Frieden lasse ich euch ... JOHANNES 14,27
- 57** Mögest du warme Worte an einem kalten Abend haben ...
IRISCHER SEGEN
- 58** Lob des Einschlafens ERICH KÄSTNER
- 60** Gott ... ALEXANDER BRANDL, @ALPHA_UND_OH_MEGA
- 61** Süßer Schlaf JOHANN WOLFGANG VON GOETHE

- 61 Leih der Stille dein Ohr ... HELGA SCHÄFERLING
- 62 Nochmals: Frieden! JÖRG NIESNER
- 63 Der Einsiedler JOSEPH VON EICHENDORFF
- 64 Wie Freiheit schmeckt
MIRIAM HACKLÄNDER, @ZWISCHEN_HIMMEL_UND_HOELLE
- 66 Lass den Abend die Fehler des Tages verzeihen ...
RABINDRANATH TAGORE
- 67 Auf, auf, gib deinem Schmerze ... PAUL GERHARDT
- 68 Und niemand sah deine Spur PETER SPANGENBERG
- 70 Die Kunst einzuschlafen, oder: Die Kunst, sich selbst Langeweile
zu machen MORITZ GOTTLIEB SAPHIR
- 75 Unser Abendgebet steige auf zu dir ... EG 721
- 76 Bloß eine Kerze ULRIKE GREIM
- 78 Besonders nachts ... PLATON
- 79 Nasentropfen INGRID NOLL
- 82 Wenn kleine Augen Großes sehen
MIRIAM HACKLÄNDER, @ZWISCHEN_HIMMEL_UND_HOELLE
- 84 Play it again! PAOLO COELHO
- 85 Nachts II MASCHA KALÉKO
- 86 Josef erzählt von seinen Träumen 1. MOSE 37,3–11
- 87 Während Netflix JÖRG NIESNER



VERZEICHNIS DER AUTORINNEN UND AUTOREN

DIETRICH BONHOEFFER (1906–1945),
lutherischer Theologe, Vertreter der
Bekennenden Kirche und Widerständler
gegen den Nationalsozialismus.

STEPHANIE BRALL,
Autorin, Publizistin, Fotografin, Leiterin
des Lüchtenhofes. www.stephaniebrall.de

ALEXANDER BRANDL,
Vikar in München, Blogger und Podcaster,
@alpha_und_oh_mega, #himmelwärts.

PAOLO COELHO,
brasilianischer Schriftsteller und
Bestsellerautor.

MEISTER ECKHART (1260–1328),
einflussreicher Theologe und Philosoph
des Spätmittelalters.

JOSEPH VON EICHENDORFF (1788–1857),
bedeutender Lyriker und Schriftsteller
der deutschen Romantik.

THEODOR ENSLIN (1787–1851),
Buchhändler, Bibliograf und Verleger.

ANGELA FUHRMANN,
evangelische Pfarrerin in Gotha.

PAUL GERHARDT (1607–1676),
gilt als einer der bedeutendsten deutsch-
sprachigen Kirchenlieddichter.

JOHANN WOLFGANG VON GOETHE
(1749–1832), bedeutender Dichter der
Klassik und Naturforscher.

ULRIKE GREIM,
Rundfunkbeauftragte der Evangelischen
Kirche in Mitteldeutschland (EKM).

IMPRESSUM

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© 2022 by edition chrismon in der Evangelischen Verlagsanstalt GmbH • Leipzig
und Deutsche Bibelgesellschaft • Stuttgart
Printed in EU

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.
Jede Verwertung außerhalb der Grenzen des Urheberrechtsgesetzes
ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt
insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen
und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Das Buch wurde auf alterungsbeständigem Papier gedruckt.

Illustrationen: Sandra Beer/kombinatrotweiss, Frankfurt am Main
Gestaltung: Anja Haß, Leipzig
Textredaktion: Annegret Grimm, Weimar
Bildredaktion: Lena Uphoff, Frankfurt am Main und Anja Haß, Leipzig
Druckerei: GRASPO CZ, a.s., Zlín

ISBN 978-3-96038-328-4
www.eva-leipzig.de

ISBN 978-3-438-06294-9
www.die-bibel.de