

Heilschlaf

Schlaf gibt Lebenskraft und heilt. Religiöse Menschen empfinden dies als Gottesbegegnung. Genieße ich inspirierenden Schlaf?

**Da sagten die Jünger zu ihm: Herr, wenn er schläft, dann wird er geheilt werden.
Joh 11,12**

Asklepios, Sohn des Gottes Apoll, verdankt sein Leben einer dramatischen Rettung. Apoll hatte ihn mit der Jungfrau Koronis gezeugt. Sie aber heiratete untreu den Königssohn Ischys. Aus Rache tötete Apoll die beiden Frevler mit seinen Pfeilen. Die Leiche der Koronis lag schon zur Verbrennung auf dem Scheiterhaufen, da erbarmte sich Apoll seines ungeborenen Sohnes und brachte ihn durch Kaiserschnitt zur Welt. Asklepios wurde zum Gott des Heilens. Von seinem heiligen Hain in Epidauros aus, der in lieblich bewaldeten Hügeln gelegenen Stadt auf der Peloponnes, wurden bis in römische Zeit unzählige Asklepieia gegründet, wie die berühmten in Pergamon oder auf der Insel Kos. Diese Heiligtümer waren Wallfahrtsorte, an denen sich Tausende Pilger wundersame Heilung erhofften – Heilung, die ihnen im Schlaf zuteil werden sollte. Wer von allen weltlichen Ärzten aufgegeben war, setzte seine Hoffnung auf die nächtliche Begegnung mit Asklepios. Wochen beschwerlicher Reise nahmen die Pilger auf sich, um schließlich die Säulenhallen, Tempel, Thermen, die Bibliothek und das Stadion des Heiligtums zu bestaunen. Ein Tempeldiener erklärte die Enthaltensregeln, die in den Tagen vor der großen Nacht einzuhalten seien. Nach sorgsamer Vorbereitung trat man in weißem Festgewand, barfuß und mit Lorbeer bekränzt, zu den kultischen Waschungen an der Quelle, sodann zum Altar des Apoll, dem ein Ferkel gebührte. Asklepios bekam den vorgeschriebenen Opferkuchen, bevor man endlich die heilige Schlafhalle betreten durfte. Der Tempeldiener gab letzte Hinweise für die Nacht und das Erscheinen des Asklepios, bevor er die Lichter löschte, und der Kranke sich voller Erwartung dem Schlaf überließ.

Auch die biblische Tradition sieht den Schlaf als möglichen Ort der Leben schaffenden Gottesbegegnung. Tiefen Schlaf lässt Gott über Adam, den „Menschen“, fallen, um Eva, „Leben“, zu schaffen. Abraham und Jakob erfahren im Schlaf von der großen Geschichte, die ihre Familie erwartet (Gen 15; 28). Der junge Samuel ist so sehr im Tempel von Schilo zu Hause, dass er dort in der Nähe der Bundeslade schläft, bis er von der Gottesstimme berufen wird (1 Sam 3). Die Beterin der Psalmen findet ruhigen Schlaf in der Gottesbeziehung: „In Frieden leg' ich mich nieder und schlafe ein; denn du allein, Gott, lässt mich sorglos ruhen“ (Ps 4). Statt sich von früh bis spät abzuhetzen, vertraut sie auf die inspirierende Wirkung des Schlafes: „Seinem Liebling gibt Gott im Schlaf“ (Ps 127). Wenn Jesus im Boot auf dem stürmischen See schläft, zeigt er die Macht der Gelassenheit, mit der er – hysterisch von den Jüngern geweckt – den Sturm sogleich zum Schweigen bringt. In der Lazarus-Erzählung haben die Jünger gelernt zu glauben, der Schlaf werde Lazarus heilen.

Der heilenden Wirkung des Schlafes bedürfen Menschen jeden Tag, besonders aber in unruhigen Zeiten wie den unsrigen. Schlafe ich derzeit gut? Gönn mir die heilsame und inspirierende Freude des Schlafens? Was gibt mir den Halt, mich sorglos der Ruhe hinzugeben?