

## Jetlag

Mein Mann hat ein Jetlag.

Letzte Woche kam er aus Canada – er war erfüllt von einer spannenden Reise und sagte, dass es sich dieses Mal mit dem Jetlag gut anfühlen würde und er hoffnungsvoll sei, schnell in den hiesigen Rhythmus zurückzufinden.

Aber jetzt puzzelt er nachts und bügelt, guckt Fernsehen oder liest.

Die innere Uhr will sich nicht so schnell überzeugen lassen, dass Schlafenszeit ist.

Die innere Uhr... so nennen wir das, was uns Zeitgefühl gibt oder dafür sorgt, dass wir immer zur gleichen Zeit wachwerden. Sie zu stören ist anstrengend. Menschen im Schichtsystem wissen das.

Vielleicht ist sie so zäh, weil in uns etwas Größeres tickt: der Schöpfungsrhythmus.

„Solange die Erde steht soll nicht aufhören Saat und Ernte, Frost und Hitze, Sommer und Winter, Tag und Nacht.“

So heißt es im ersten Buch Mose.

Es gibt einen Wechsel und Kreislauf der Jahreszeiten und des Tageslichts. Wenn sie durcheinander kommen, dann frieren wir oder fällt die Ernte aus, dann sitzen wir nachts wach in der Küche.

Letzteres ist in all dem harmlos, denn wir finden uns irgendwann wieder ein – der große Gleichklang der Schöpfung nimmt uns wieder mit und dann wird wieder Abend und morgen und ein neuer Tag.

So ist das Jetlag nicht nur ein aus-dem-Takt-geraten des Biorhythmus sondern auch eine Erinnerung daran, dass Gott unsere Welt mitsamt ihrem inneren Gleichgewicht eingerichtet hat und in all dem unsere Zeit in Händen hält.

Auch heute – am Montag, am Wochenbeginn, den wir dann spüren, wenn Sonntag ein Sonntag war. Heilige Zeit.