

13.01.2023 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Pia Arnold-Rammé,

Katholische Pastoralreferentin, Referentin für Sozialpastoral, Frankfurt

## Freitag, der 13.

„Ankomme Freitag, den 13., um 14 Uhr, Christine“ – so heißt ein altes Lied von Reinhard Mey. Es geht in diesem Lied um die Ankunft seiner Freundin an einem Freitag, den 13. Er freut sich riesig und will alles perfekt vorbereiten, aber es entsteht nur Chaos. Er schafft es natürlich nicht rechtzeitig und denkt, dass sie bestimmt schon total sauer ist. Da merkt er: Es ist ja erst Donnerstag, der 12.! Das Lied spielt mit dieser Vorstellung vom Freitag, den 13. Denn alle, die das Lied hören, denken erst mal: Na klar, das viele Pech kann ja nur an einem solchen Tag passieren. Aber dann ist es ja gar nicht Freitag der 13. Es zeigt also: Diese Idee von dem Unglückstag ist unzutreffend!

Woher kommt diese irrationale Angst vor dem Unglückstag?

Und tatsächlich, die Statistik belegt das. An einem Freitag den 13. gibt es weder mehr Verkehrsunfälle noch mehr Schadensmeldungen bei den Versicherungen. Woher kommt dann dieser Aberglaube? Die Zahl dreizehn und auch der Freitag gelten schon lange als Unglückssymbole. Neue Nahrung fand dieser Aberglaube in schlimmen Ereignissen, die an einem solchen Tag stattfanden, so z.B. der Börsencrash von 1927 oder die Havarie des Kreuzfahrtschiffes Costa Concordia. Und es gibt sogar einen Fachausdruck für die irrationale Angst vor diesem Tag: Paraskavedekatriaphobie – ein kaum auszusprechendes Wort! Tatsächlich gibt es viele Leute, die am Freitag, den 13.

kein Auto fahren, Reisen verschieben und auch ansonsten so wenig wie möglich unternehmen. Rational gesehen ist das völliger Quatsch. Denn erstens sprechen ja die Statistiken dagegen. Und zweitens kann mich auch zuhause im Bett ein Unglück treffen. Aber diese Ängste und Phobien sind ja häufig nicht rational zu beeinflussen. Angst ist ein Gefühl, und da komme ich mit Argumenten oft nicht weit.

Gut, wenn mir jemand hilft, mich meiner Angst zu stellen

Ich meine, bei dieser Angst vor einem Unglück an einem Freitag den 13. gilt dasselbe wie bei allen anderen Ängsten auch: Es hilft nichts, vor der Angst davonzulaufen oder sich vor ihr zu verkriechen. Ich muss mich meiner Angst stellen, ihr sozusagen direkt ins Auge blicken. Das ist natürlich manchmal leichter gesagt als getan. Es gelingt mir besser, wenn mich jemand dabei unterstützt. Wenn jemand mir hilft, meine Angst zu überwinden. Wenn es mir dann gelingt, ist meistens die Freude groß, denn ohne Angst lebt es sich freier. Und vielleicht ist es ja wie bei Reinhard Mey: Das große Chaos war schon gestern, da kann ich Freitag, den 13. ganz gelassen angehen.