

04.01.2013 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH

Ein Beitrag von

Helwig Wegner-Nord,

Evangelischer Pfarrer, Frankfurt

"Lass Dich erleuchten meine Seele!"

Umeå liegt in Nordschweden, gut 600 km nördlich von Stockholm. Und jetzt im tiefsten Winter ist es da an 20 von 24 Stunden am Tag – dunkel. Der „Winterblues“ erfasst viele Menschen, sie leiden unter Depressionen oder sind auch einfach nur schlecht gelaunt. Thomas, ein Freund von uns, der in Umeå lebt, hat erzählt, wie man sich dort zu helfen versucht. Er berichtet von einer eigentlich einfachen Idee: die Wartehäuschen von dreißig Bushaltestellen sind mit speziellen Lichtpaneelen ausgestattet worden. Die Leute, die auf den Bus warten, kriegen auf die Weise eine kostenlose Lichttherapie. Eine Extradosis Licht beleuchtet nicht nur die Bushaltestellen, sondern hellt auch die Menschen auf. In der Zeitung war zu lesen, dass viele Leute sogar ein bisschen früher als sonst von zu Hause aufbrechen, um ein bisschen mehr Energie für den Tag zu tanken.

Der Körper braucht Licht. Aber auch die Seele des Menschen braucht Licht, braucht Helligkeit und Wärme, braucht Erleuchtung. In einem alten Weihnachtslied steht die Aufforderung: „Lass dich erleuchten meine Seele!“ Das, was Jahr für Jahr an Weihnachten gefeiert wird, die Geburt Jesu, ist für viele Menschen ein Lichtblick. Sie finden darin Zuversicht für ihr Leben und Hoffnung. Oder kurz: sie finden das Licht, das ihre Seele braucht. Übrigens glaube ich, dass es dieses Licht im Inneren ist, was wir dann als die Aus-Strahlung von jemandem wahrnehmen können.

Menschen brauchen Licht zum Leben, wie Pflanzen. Wenn das Licht auf unsere Haut trifft, entsteht Vitamin D. Und offensichtlich sorgt das dafür, dass es unserem Körper gut geht.

Das Modell mit der Extraportion Licht sollte Schule machen. Nicht nur mit Licht von Lampen wie an den Bushaltestellen in Schweden. Sondern mit Licht auch für den inneren Menschen. Wenn die Nacht zu lange dauert, verkümmert er. Wie heißt das in dem Lied: „Lass dich erleuchten meine Seele!“ Auch meine Seele sehnt sich nach Licht. Nach lebendigen Visionen, erhellenden Worten, und danach, dass mir jemand Nähe schenkt.