14.11.2016 um 05:20 Uhr
**hr1 ZUSPRUCH**

Ein Beitrag von
**Dr. Peter Kristen,**
Evangelischer Pfarrer und Studienleiter, Religionspädagogisches Institut Darmstadt

# Vollmond

Mein Kollege wird wieder sagen: „Und deswegen habe ich mich die halbe Nacht hin und her gewälzt. An erholsamen Schlaf war gar nicht zu denken“. Das sagt er, egal ob der Mond wirklich zu sehen war, oder Wolken ihn verdeckt haben. Hat der Mond Einfluss auf unser Leben? Manche Bauern oder Forstwirte achten sehr darauf, dass bestimmte Arbeiten nur in bestimmten Mondphasen gemacht werden.

Unsere Nachbarin verblüfft mich mit den Satz: „Die Wäsche wird wirklich weißer, wenn man sie bei Vollmond hängen lässt.“ Wissenschaftlich beweisen kann man das ebenso wenig wie den Einfluss des Mondes auf Geburten, Unfälle, Operationskomplikationen oder Selbstmorde. Sicher ist aber: Ebbe und Flut sind von den Mondphasen abhängig.

Die Bibel sieht Sonne, Mond und Sterne als Teile der Schöpfung. Darin unterschieden sich die Erzähler der ersten Schöpfungsgeschichte ausdrücklich vom Glauben anderer Völker ihrer Zeit, in Babylon oder Ägypten. Sie haben Sonne und Mond als machtvolle Götter verehrt. Nein, sagt die Bibel, das sind nur Leuchten, Lichter, vom einen Gott geschaffen. Was raubt meinem Kollegen dann bei Vollmond den Schlaf? „Alles nur Kopfsache“, sagen Psychologen. Wer erwartet bei Vollmond schlecht zu schlafen, der schläft auch schlechter.

Es liegt an einem Hormon, sagt ein Berliner Schlafmediziner. Melatonin fördert das Einschlafen. Besonders bei Dunkelheit wird es ausgeschüttet, darum fehlt es, wenn der Vollmond die Nacht erhellt und die Menschen schlafen schlechter. Wenn ich den vollen Mond morgens wirklich einmal durchs Fenster scheinen sehe, dann freue ich mich an seiner Schönheit und daran, dass er unsere Erde so verlässlich umkreist.


© 2016 · Kirche im hr

Ein Psalmbeter sieht im Mond ein Zeichen für Gottes Güte: „Gott hat die großen Lichter geschaffen, für immer bleibt seine Güte“ (Psalm 136,7). Gottes Güte umgibt uns, verlässlich wie der Mond. Mit diesem Gedanken starte ich zuversichtlich in den Tag.


© 2016 · Kirche im hr