21.12.2022 um 05:20 Uhr
hr1 ZUSPRUCH

Ein Beitrag von
Tanja Griesel,
Evangelische Schulpfarrerin, Fritzlar

Wintersonnenwende

Seit einiger Zeit habe ich ein Nachtlicht am Bett stehen. Eine kleine Leuchte, die sich tagsüber durch Sonnenlicht auflädt und nachts einen blassen Lichtschein abgibt. Wenn ich nachts aufwache, hilft mir das Licht, mich zu orientieren.

Als Kind hatte ich Angst im Dunkeln

Als Kind hatte ich Angst im Dunkeln. Ich konnte nicht einschlafen. Meine Eltern mussten unters Bett schauen und mir versichern, dass alles in Ordnung ist: Keine Monster, die sich dort verstecken. Natürlich musste auch ein Licht brennen. Zumindest bis ich eingeschlafen war. Und die Zimmertür durfte auf keinen Fall geschlossen werden.

Licht vertreibt die Angst

Die Angst im Dunkeln ist oft diffus und rational nicht greifbar. Aber sie scheint zu unseren menschlichen Veranlagungen zu gehören. Im Dunkeln schärfen sich unsere Sinne. Wir sind wachsamer. Rechnen automatisch mit allerhand Gefahren und möchten vorbereitet sein. Das Licht vertreibt die Angst. Es gibt Sicherheit und Orientierung. Kein Wunder, dass viele Mythen und Legenden diese Urängste aufnehmen. Heute zum Beispiel.

Heute ist Wintersonnenwende

Uns steht die längste Nacht des Jahres bevor. Wintersonnenwende. Das Phänomen der Sonnenwende hat Menschen seit jeher beschäftigt. Die Menschen waren überzeugt: Durchlässig

© 2022 · Kirche im hr

ist die Welt an diesen jahreszeitlichen Übergängen. Raue Gestalten, Unholde und Naturgeister treiben ihr Unwesen. Sie maskieren sich und suchen die Menschen heim. Sie strafen oder belohnen. Darum werden Lichter entzündet und große Feuer entfacht. Das Licht vertreibt die dunklen Geister – und die Angst.

Heute tragen Geister andere Namen

Heute tragen die Geister und Dämonen andere Namen als früher. Sie heißen Trauer, Einsamkeit, Streit, Verzweiflung ... oder wie ein Virus, das uns einfach nicht in Ruhe lässt. Vor allem nachts plagen mich manchmal düstere Gedanken. Manchmal kann ich dann nicht schlafen. Meine Sorgen und Ängste lassen mich nicht aus ihren Fängen.

Was heute gegen die Angst hilft

Dann zünde ich eine Kerze an und denke an Weihachten. In der dunkelsten Nacht bringt ein Kind Licht und Leben in die Welt. Es vertreibt die bösen Geister. Egal, welche Namen sie tragen. Ich muss keine Angst haben. Ich brauche mich nicht zu fürchten.

© 2022 · Kirche im hr