23.09.2026 um 05:20 Uhr
hr1 ZUSPRUCH

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

Schatten tut gut

Der erste Herbsttag. Jetzt hat es der Sommer geschafft. Die Schatten werden länger, der Herbst beginnt.

Rainer Maria Rilke: „Der Sommer war sehr groß“

Rainer Maria Rilke hat einem Herbsttag ein Gedicht gewidmet: „Herr, es ist Zeit. Der Sommer war sehr groß. Leg deinen Schatten auf die Sonnenuhren, und auf den Fluren laß die Winde los.“

Ein Sommer voller Hitze und Trockenheit

Ich finde, dieser Sommer war wirklich groß: er hat früh begonnen, dann richtig losgelegt und lange durchgehalten. Er war groß an Trockenheit und Hitze, manchmal sogar übergroß. Jetzt fällt herbstlicher Schatten auf die Sonnenuhren und macht ihnen das Funktionieren schwer.

Schatten haben nicht immer einen guten Ruf

In unseren Breiten hat der Schatten kein gutes Image: Weil wir auch lange Winter kennen, denken wir bei „Schatten“ auch an den Winterblues und daran, wie kalt und dunkel diese Zeit sein kann.

Nachteile nennen wir „Schattenseiten“, sagen, dass man im Schatten von jemandem steht und wer „einen Schatten hat“ erhält selten Komplimente.

Die wohltuende Seite des Schattens

© 2026 · Kirche im hr

Aber mit diesem Sommer im Rücken zeigen sich die wohltuenden Seiten des Schattens: Ein Schattenparkplatz unter einem Baum, ein Sonnenschirm am Strand, eine kühlende Jalousie zuhause, all das ist kostbar geworden.

Schatten schenkt Schutz und Ruhe

Noch nie hab ich so oft die Straßenseite gewechselt, um im Schatten gehen. Schatten schützt und tut gut. Kühler Schatten lädt zum Bleiben ein, zum Ausruhen und Besinnen. „Wer im Schutz des Höchsten sitzt und in seinem Schatten wohnt, der sagt zu Gott: Du bist meine Zuflucht, mein Gott, dem ich vertraue.“ (Psalm 91,1-2) Das kann ich jetzt gut nachfühlen. Ich nehme es gerne als Zuspruch mit in den Herbst.

© 2026 · Kirche im hr