

25.09.2016 um 07:15 Uhr

hr3 MOMENT MAL



Ein Beitrag von

Dr. Fabian Vogt,

Evangelischer Pfarrer in der Öffentlichkeitsarbeit, Frankfurt

Lust auf Licht

Moderator/in: Au Mann, es ist morgens schon wieder richtig lang dunkel. Und: Die Nacht fängt leider auch jeden Tag etwas früher an. Nun wissen wir ja alle: Der Körper braucht Licht, und wer nicht genug Licht bekommt, der wird träge oder gar depressiv. Fabian Vogt von der evangelischen Kirche: Was können wir denn da machen?

Na, soviel Licht suchen wie möglich. Du hast es ja schon angedeutet: Je mehr Licht wir kriegen, desto aktiver werden wir. Außerdem sorgt Licht für gute Laune und dafür, dass wir uns besser konzentrieren können. Deshalb sind ja auch Lampen und Kerzen in der dunklen Jahreszeit so beliebt. Ich war letzten Winter in Nord-Norwegen. Da war es nur zwei Stunden am Tag hell. Und in diesen beiden Stunden, hatte ich den Eindruck, waren alle Leute draußen auf der Straße, um möglichst viel Licht zu tanken. War eine tolle Erfahrung.

Spielt Licht deswegen auch in den Religionen so eine große Rolle?

Genau. Weil wir am eigenen Leib erfahren: Licht tut uns gut. Dunkelheit raubt uns Kraft. Darum ist das Licht in vielen Religionen so wichtig. Wenn etwa Jesus einen Satz sagt wie „Ich bin das Licht der Welt“, dann verstanden die Leute genau, was damit gemeint ist: „Wer sich auf mich und meine Botschaft einlässt, dem geht es wie jemandem, der richtig viel Licht-Energie getankt hat.“

Wie kann ich mir das vorstellen?

Na, Jesus ist wohl der Meinung: Jeder Mensch hat das Potential, es hell werden zu lassen. Deshalb hat er seinen Anhängern sogar gesagt: „Ihr seid das Licht der Welt.“ Im übertragenen Sinn, in dem man was tut, dass das Leben von anderen heller macht. Aber manchmal auch ganz

konkret: Wenn ich Leute in dunklen Räumen hocken sehe, dann schalte ich fast immer ungefragt das Licht an. Weil's einfach gut tut.