

04.04.2025 um 09:15 Uhr

KIRCHE IN YOU FM



Ein Beitrag von

Judith Vonderau,

Katholische Autorin bei "kirche im hr", Bad Orb

Tom Gregory – Glow in the Dark

Ein Song, der mir erst mal gute Laune macht, aber einen ernsten Hintergrund hat: „Glow in the dark“ von Tom Gregory. Keine leichte Kost: Er singt über eine Freundin, die gerade in eine Depression rutscht. Für ihn ist es hart zu sehen, wie es ihr immer schlechter geht.

*I see your tired eyes, reading between the lines
You're lost in your head, tryna pretend that it's all alright*

Eine Depression ist eine ernstzunehmende Krankheit. Es ist wichtig, darüber zu sprechen und alle, die das Gefühl haben, sie stecken in einem tiefen Loch können wir nur raten, sich Hilfe zu suchen. Denn es gibt Hoffnung: So wie auch der Song „Glow in the Dark“ Hoffnung macht: Es gibt einen Ausweg. Es kann wieder besser werden.

I can see you glow in the dark

„Ich seh' dich im Dunkeln leuchten.“ Das ist die Message des Songs: Wir alle können uns helfen lassen, auch, wenn wir durch die Depression unser eigenes Leuchten nicht mehr sehen und die Hoffnung verloren haben. Ja, es kostet eine Menge Mut und Kraft, den ersten Schritt zu machen. Was auf jeden Fall hilft: In solchen Zeiten nicht allein zu sein, sondern mit Menschen drüber zu sprechen, die uns nahestehen.