

# SONNENCREME FÜR DIE SEELE

---

Wer in den Urlaub fährt, sich an den See legt oder auf dem Balkon sonnt, weiß sie zu schätzen: Die Sonnencreme. Man möchte schließlich nicht die schönen Tage damit verschwenden, seinen Sonnenbrand zu kurieren. Sonnencreme schützt die Haut vor dem Verbrennen und Austrocknen.

Gibt es Sonnencreme für die Seele? Lichtschutzfaktor für das Herz. Schutz vor dem Sonnenbrand von innen. Eine verbrannte Seele schmerzt oft mehr als verbrannte Haut. Verletzungen, die nach innen gehen, verderben einem nicht nur den Urlaub, sondern das ganze Leben. Die Stimmung rutscht in den Keller.

Sonnencreme für die Seele könnte sein: der Anruf eines Freundes, das Lächeln eines Kindes, ein ausgewogenes und zufriedenes Leben, für anderen Menschen da sein, Dankbarkeit, Vergebung, sowie der Glaube an die Güte Gottes.

Die Bibel sagt, dass Gott uns vor der Sonne schützen will (Ps 121,6). Symbolisch verstanden heißt das: Gott ist der Halt in unserem Leben, auch wenn vieles haltlos geworden ist. Gott ist der, dem wir vertrauen können, auch wenn Unvorhergesehenes unseren Weg kreuzt. Unser Leben liegt in Gottes Hand, selbst in Zeiten intensivster Sonnenstrahlung. Wie gut.

So können wir die warmen Tage genießen und uns an der hellen Jahreszeit erfreuen. Ich wünsche Ihnen einen Sommer ohne Sonnenbrand – sowohl außen als auch innen.

Ihr Pastor Dr. Hans-Otto Reling