

12.10.2017 um 00:00 Uhr

hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Gabriele Heppe-Knoche,

Evangelische Pfarrerin, Kassel

Gott tanken

Der Sommer ist vorbei. Vielleicht noch ein paar schöne Herbsttage. Aber dann kommt der November und damit die dunkle Jahreszeit. Regen, Kälte, Tage ohne Sonnenschein.

Deshalb nutzen viele Menschen die Herbstferien, um vorher noch einmal Urlaub im Süden zu machen. Noch einmal Wärme und Sonne tanken, bevor dann in Deutschland endgültig die dunklen Tage kommen.

Sonne tanken. Das ist nicht nur eine Redewendung. Die Medizin kann es uns ganz genau erklären. Wir können uns tatsächlich so etwas wie ein Depot anlegen, indem wir die Sonnenstrahlen aufnehmen und das durch sie gebildete Vitamin D in unserem Körper einlagern. Vitamin D ist notwendig, damit der Körper Serotonin bildet. Und Serotonin steigert das allgemeine Wohlbefinden. Es macht glücklich. Nach und nach werden über den Herbst und Winter die eingelagerten Vitamin D Vorräte aufgebraucht, bis wir sie dann in der Frühlingssonne wieder auffüllen können. Ein wunderbarer Schutz vor Trübsinn und dunklen Gedanken.

Im Psalm 84 wird Gott mit der Sonne verglichen. Gott der Herr ist Sonne und Schild, heißt es da. Und ich stelle mir vor, dass in meinen Körper etwas eingelagert ist, das von Gott zu mir gedrungen ist, so wie die Strahlen der Sonne. Gott tanken. Ein Depot anlegen für dunkle Zeiten, das in mir ruht, unmerklich, aber doch da.

Dieses Depot entsteht aus Erfahrungen, die sich eingeprägt haben. Von Geburt an. Alle Liebe, die mir zugewachsen ist, zuerst von meinen Eltern, aber später dann auch von anderen Menschen. Das Gefühl, gewollt und behütet zu sein. Worte, die mich stärken und voranbringen.

Menschenworte, in denen ich aber immer wieder Gottes Wort entdecke. Texte, die ich lese, die in

mir Kraft entfalten, die mich ermutigen, mir eine neue Sicht eröffnen. Manchmal Romane oder Gedichte, aber auch die Bibel. Wege in der Natur oder Arbeit im Garten. Sie zeigen mir, wie ich ein Teil bin von einem großen Ganzen, das auf wundersame Weise lebt und abstirbt und neu beginnen darf. Eingepägt in mir entfaltet dies alles Kraft, ganz besonders, wenn es ans Eingemachte geht, wenn die Sonne nicht scheint, wenn es darum geht, dunkle Tage und schwierige Zeiten zu überstehen. Ein Depot, das stärkt und das die Seele schützt.

Gott der Herr ist Sonne und Schild. Was für ein schönes Bild, dass Gott wie die Sonnenstrahlen in einem wirkt, auch wenn man ihn nicht spürt und nicht sieht.