

**31. Juli 2018**

### **Hitzekrise**

Meine Kinder, in Deutschland ist zurzeit ein Backofenwetter und dort sind mit die höchsten Temperaturen zurzeit in Europa. Gerade gestern war es so schwül, dass sich einige vorkamen, als säßen sie in der Sauna. Da ist natürlich Abkühlen in dezenter Form eine Möglichkeit, aber auch das regelmäßige Trinken von möglichst gesegnetem Wasser - schluckweise eingespeichelt. Natürlich sollte ein Getränk nicht eiskalt sein, sondern idealerweise Körpertemperatur haben. Das ist natürlich in vielen Fällen ein Gräuel für weltlich-orientierte Menschen, an heißen Tagen warmen Tee ohne Zucker oder auch lauwarmes Wasser zu trinken. Trotzdem ist so etwas sehr gesund. Schaut euch doch die Menschen an, die permanent in heißen Ländern leben. Sie trinken sehr oft warmen oder heißen Tee. Geht nicht zu viel ins Freie, wenn die Sonne intensiv - vor allem um die Mittagszeit - herniederbrennt und die Temperaturen die 35 Grad Marke im Schatten erreichen. Wer gerne draußen arbeiten möchte, kann es auf den frühen Abend legen, denn dann sind die Temperaturen schon gemäßigter. Gleiches gilt für den frühen Morgen. Ein weiteres Thema ist eine dringende Frage von euch, Meine Kinder: Die Autobahnen sind jetzt sehr stark frequentiert und nur wer eine Klimaanlage hat, hält einen Stau auf der Autobahn auch gut aus. Deshalb sorgt vor und nehmt genügend Getränke, etwas zum Essen, Kleidung zum Wechseln und beispielsweise Küchenrollen mit, den der Schweiß kann dann in Strömen laufen. Auch die regelmäßigen Gebete unterwegs zeigen natürlich auch ihre Wirkung. Amen.