

29.12.2021 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Monika Dittmann,

Katholische Seelsorgerin im Altenheim, Flörsheim am Main

Auf dem Weg ins Neue Jahr

„Meine Güte, wie die Zeit vergeht!“ So höre ich das jetzt wieder oft, in dieser Zeit zwischen den Jahren. Für mich hat das auch damit zu tun, dass wir beim Einkaufen und Essen unserer Zeit oft so voraus sind: Jetzt gibt es schon bald wieder Osterhasen und Schokoladeneier in den Regalen. Und viele machen das mit, haben den Lebkuchen schon im August gegessen, und Ostereier locken auch schon wieder.

Prospekte und Kaufangebote jagen ins Übermorgen

Kein Wunder, dass viele zum Jahreswechsel wieder das Gefühl haben, die Zeit rennt davon. Werbung, Kaufangebote locken ja ständig in die Zukunft. Prospekte jagen ins Übermorgen, weil wir ja vordenken, vor-kaufen sollten. Das nächste Fest kommt. Bestimmt! Auch viele Essgewohnheiten sind oft nicht im Heute. An Weihnachten Erdbeeren, Spargel zum Neujahrsfest... für manch einen ist das noch immer guter Brauch.

Das Verweilen im Moment ist für manche Menschen eine Zumutung

Ich habe das Gefühl, vielen Menschen fällt es schwer, leere Zeiten, Zeiten, in denen nichts passiert, zulassen, aushalten zu können. Das Verweilen im Moment, im Heute, in der Stille, ganz ohne Event und Großereignis, scheint für

manche Menschen fast wie eine Zumutung.

Bewusst keine Pläne und Aktivitäten zwischen den Jahren

Mir hilft die Zeit zwischen den Jahren, aus Dauerlauf, Dauerstress und Zeitoptimierung auszusteigen. Ich habe keine Pläne, keine Termine. Ich verzichte auf Einladungen und Aktivitäten. Ich bleibe bei mir, nehme mir bewusst Zeit für das Heute, das Jetzt.

Ich gönne mir das Heute

„Carpe diem“, ein Wort des Dichters Horaz, meint „Pflücke den Tag“. Ja, ich pflücke den Tag - jeden Tag, den Gott mir schenkt; schaue noch nicht auf Morgen, noch nicht ins Neue Jahr. Ich gönne mir das Heute. „Meine Zeit steht in Gottes Händen“ heißt es in einem Psalm der Bibel (*Psalms 31,16*). Das versuche ich, bewusst wahrzunehmen. Für mich ist es kostbare Zeit; Zeit, die ich auskosten - die „Zeit zwischen den Jahren“.

Der Augenblick ist mein

Ein Gedicht des Dichters Andreas Gryphius geht so:

*„Mein sind die Jahre nicht, die mir die Zeit genommen,
mein sind die Jahre nicht, die etwa möchten kommen;
der Augenblick ist mein, und nehm´ ich den in acht,
so ist der mein, der Jahr und Ewigkeit gemacht.“*