12.06.2025 um 17:45 Uhr
hr4 ÜBRIGENS

Ein Beitrag von
Andreas Meyer,
Katholischer Klinikseelsorger im Ruhestand, Steinhausen

In deiner Hand steht meine Zeit

„Mein Gott, wie die Zeit vergeht!“

Wie oft höre ich diesen Satz und habe ihn manches Mal selbst so ausgesprochen. Ein Tag, der wie im Flug vergangen ist. Die Woche, die im Handumdrehen rum ist. Und das Jahr 2025 ist auch schon fast zur Hälfte vorbei. Manchmal erschrecke ich darüber, wie schnell die Zeit vergeht.

Es ist buchstäblich gefüllte Zeit

Aber dann entdecke ich, dass in diesen Tagen, Wochen oder auch in einem Jahr sehr viel geschieht. Es ist buchstäblich gefüllte Zeit. Es geschehen viele schöne Dinge: Ein Sonnenuntergang, der eine atemberaubende Farbenpracht an den Himmel malt; einen Freund wiedertreffen, den ich seit Jahren nicht mehr gesehen habe; eine Urlaubsreise, auf die ich mich lange vorbereitet und gefreut hatte. Und es gibt Situationen, an denen ich schwer zu tragen habe: eine Diagnose, die mein Leben massiv einschränkt; der Abschied von einem lieben Menschen, der gestorben ist.

Es ist in seiner Hand gut aufgehoben

Wie kann ich diese gefüllte Zeit annehmen, ohne dass sie mich erschlägt?

Mir hat ein Satz aus dem Psalm 31 der Bibel weitergeholfen: „In deiner Hand steht meine Zeit.“

© 2025 · Kirche im hr

(Psalm 31,16) Ich verstehe ihn so: Alles, was in meinem Leben geschieht, ist in Gottes Hand gut aufgehoben. Dabei kommt mir ein Bild in den Sinn: eine große starke Hand, die nach oben geöffnet ist und in die viel hineingelegt worden ist.

„Euer Herz sei stark und unverzagt“

Der Psalm 31 ist das Gebet eines Menschen, der sehr viel in seinem Leben erlebt hat. Was genau passiert ist, sagt er nicht. Aber es hat ihn und seine Kraft gefordert. Darum legt er sich und sein Leben in Gottes Hand (Vers 6). Und am Ende des Psalms fasst er seine Erfahrung zusammen: „Euer Herz sei stark und unverzagt!“ (Psalm 31,25). Er hat in seinem Leben erfahren, dass Gott ihn trägt.

Die Erfahrung dieses unbekannten Beters bestärkt mich, meine Zeit in Gottes Hand zu legen.

© 2025 · Kirche im hr