

Losung und Lehrtext für Montag, 13.04.2026

Meine Zeit steht in deinen Händen.

Psalm 31,16

So seht nun sorgfältig darauf, wie ihr euer Leben führt, nicht als Unweise, sondern als Weise.

Epheser 5,15

Die heutige Losung singt mir entgegen: „*Meine Zeit steht in deinen Händen, nun kann ich ruhig sein, ruhig sein in dir.*“ Im Evangelischen Gesangbuch ist das Lied unter der Nummer 644 zu finden. Es beginnt mit dem Losungsvers, der im Refrain immer wieder aufgegriffen wird. In den einzelnen Strophen werden die Sorgen und Lasten des Lebens behandelt. Der Autor des Liedes, Peter Strauch, schrieb es 1981 mitten in einem Burnout.

Auf Sorgen, Trauer und Not des Lebens antwortet der Psalmvers. Zu wissen und zu spüren, dass Gott mein Leben, meine Zeit kennt und hält, rückt die eigene Not in den Kontext der Welt, der Schöpfung Gottes, des Seins an sich. Das relativiert nicht das, was einem selbst widerfährt, aber es lässt es erleben – als von Gott getragenes Individuum, das von Gott so gehalten und getragen wird wie die ganze Schöpfung.

Wie ein Kind seine Hand in die Hände der Eltern legt, so kann das eigene Leben, die eigene Unsicherheit und die Momente des Strauchelns und Umfallens im Leben in Gottes Hand gelegt werden. Das ist etwas, das wir Erwachsene von den Kindern – gerade von den Aller kleinsten – lernen können. Es lohnt sich, kleine Kinder anzuschauen, die mutig ihre Hand den Eltern geben, um von ihnen geführt zu werden, wenn sie noch nicht laufen können, es aber schon wollen.

So wollen auch wir Erwachsene unser Leben selbstbestimmt leben und dorthin gehen, wohin wir möchten. Doch wir sollten dabei so weise sein wie die kleinen Kinder, die gerade erst das Laufen lernen: Wir sollten uns nicht nur auf uns selbst verlassen, sondern auch die ausgestreckte Hand ergreifen und uns daran festhalten. So können wir das Leben leben – selbstbestimmt und frei, nicht gefangen von Sorgen, Ängsten, Nöten, Zeitnot und Betrieb.

Zu wissen: „*Meine Zeit, mein Leben steht in Gottes Hand*“ – das macht frei. Nicht davor, Sorgen, Ängste, Nöte, Zeitnot und Betrieb zu kennen, sondern davor, sich davon gefangen nehmen zu lassen und nichts anderes mehr zu sehen als das Schlechte im Leben. So wie Gott seine ganze Schöpfung, alles, was da ist, in der Hand hält, so ist auch das eigene Leben – dein und mein Leben – getragen und gehalten von Gott.

Albrecht Katscher (Rayerschied, Mitglied der Herrnhuter Brüdergemeine)