

Nach - denken

„Ach du meine Zeit!“ - Vielleicht kennen Sie diesen Stoßseufzer. - Aber was will der oder die Seufzende damit eigentlich sagen? Müsste es nicht vielmehr heißen: „Wie kann das bloß passieren?“ oder „Was soll das nun wieder bedeuten?“

Sicher, aber wir sagen: „Ach du meine Zeit“ und bringen uns damit selbst mit dem Erleben von Zeit in Beziehung. Es ist uns also wichtig, das Leben nicht als unbeteiligte Beobachter nur anzuschauen, sondern uns selbst als einen Teil des Lebens zu begreifen: Es ist tatsächlich **meine** Zeit, die **ich** erlebe. **Ich** bin verantwortlich dafür wie ich sie zubringe. Es ist eine gute Gewohnheit, am Abend eines jeden Tages zur Ruhe zu kommen, um den Tag noch einmal Revue passieren zu lassen. Es tut gut, sich Zeit zu nehmen, um über das Erlebte des Tages nachzudenken. Letzthin habe ich irgendwo eine alte indianische Weisheit gelesen. Vielleicht mag sie zu einer Anleitung für ein konzentriertes Nachdenken werden:

Wenn der Tag vorüber ist, denke ich an alles, was ich getan habe.

Habe ich den Tag vergeudet oder habe ich etwas erreicht?

Habe ich mir einen neuen Freund gemacht oder einen Feind?

War ich wütend auf alle oder war ich freundlich?

Was ich auch getan habe, es ist vorbei.

Während ich schlafe, bringt die Welt einen neuen strahlenden Tag hervor,

den ich gebrauchen kann oder vergeuden oder was immer ich will.

Heute Abend nehme ich mir vor: Ich werde gut sein, ich werde freundlich sein,

ich werde etwas tun, was wert ist, getan zu werden.

Vielleicht ist es sogar hilfreich für einen tieferen Schlaf, wenn Sie sich abends sagen: „Heute ist dies alles geschehen. Ich kann mich nun darüber freuen oder ärgern, aber jetzt kann ich nichts mehr dafür oder dagegen tun. Ich lege es in Gottes Hand, da ist es über Nacht gut aufgehoben. Vielleicht macht ER ja etwas draus und morgen früh sieht die Sache schon ganz anders aus, oder mein Blickwinkel wird sich über Nacht ändern... Wie auch immer: Morgen früh kann ich die Herausforderungen des Lebens wieder annehmen, wie sie dann sein werden, jetzt nicht mehr. Gute Nacht.

Bei allem, was Sie tun oder lassen, ich wünsche Ihnen eine behütete Zeit an diesem Wochenende. Ihr Pfarrer Bernd Töpfer, Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Marktheidenfeld

Die jeweils aktuellen Gedanken zum Wochenende können auch auf unserer Homepage: www.marktheidenfeld-evangelisch.de gelesen und heruntergeladen werden. Die Andachten der letzten Jahre zu den verschiedensten Themen finden Sie unter „Archiv“, für den Fall, dass Sie selbst mal eine Andacht halten wollen.