DER **KANZEL**DIENST

Pastor Christian Wegert

Sonntag, den 04.01.2026
Uhrzeit: 10.00 Uhr

„In deiner Hand steht meine Zeit“

PREDIGTTEXT: ***„Bei dir, o HERR, habe ich Zuflucht gefunden; lass mich niemals zuschanden werden; errette mich durch deine Gerechtigkeit! [3] Neige dein Ohr zu mir, rette mich rasch; sei mir ein starker Fels, eine feste Burg zu meiner Rettung! [4] Denn du bist mein Fels und meine Festung, führe und leite du mich um deines Namens willen! [5] Befreie mich aus dem Netz, das sie mir heimlich gestellt haben; denn du bist meine Schutzwehr. [6] In deine Hand befehle ich meinen Geist; du hast mich erlöst, HERR, du treuer Gott! [7] Ich hasse die, welche trügerische Götzen verehren, und ich, ich vertraue auf den HERRN. [8] Ich will frohlocken und mich freuen an deiner Gnade, denn du hast mein Elend angesehen, du hast auf die Nöte meiner Seele geachtet [9] und hast mich nicht ausgeliefert in die Hand des Feindes, sondern hast meine Füße in weiten Raum gestellt. [10] Sei mir gnädig, o HERR, denn mir ist angst; vor Gram sind schwach geworden mein Auge, meine Seele und mein Leib; [11] denn mein Leben ist dahingeschwunden in Kummer und meine Jahre mit Seufzen; meine Kraft ist gebrochen durch meine Schuld, und meine Gebeine sind schwach geworden. [12] Vor all meinen Feinden bin ich zum Hohn geworden, meinen Nachbarn allermeist, und ein Schrecken meinen Bekannten; die mich auf der Gasse sehen, fliehen vor mir. [13] Ich bin in Vergessenheit geraten, aus dem Sinn gekommen wie ein Toter; ich bin geworden wie ein zertrümmertes Gefäß. [14] Denn ich habe die Verleumdung vieler gehört — Schrecken ringsum! —, als sie sich miteinander berieten gegen mich; sie trachten danach, mir das Leben zu nehmen. [15] Aber ich vertraue auf dich, o HERR; ich sage: Du bist mein Gott! [16] In deiner Hand steht meine Zeit; rette mich aus der Hand meiner Feinde und von meinen Verfolgern! [17] Lass dein Angesicht leuchten über deinem Knecht; rette mich durch deine Gnade! [18] HERR, lass mich nicht zuschanden werden, denn ich rufe dich an! Zuschanden werden sollen die Gottlosen, verstummen im Totenreich! [19] Die Lügenlippen sollen zum Schweigen gebracht werden, die frech reden gegen den Gerechten mit Hochmut und Verachtung! [20] Wie groß ist deine Güte, die du denen bewahrst, die dich fürchten, und die du an denen erzeigst, die bei dir Zuflucht suchen angesichts der Menschenkinder. [21] Du verbirgst sie im Schutz deines Angesichts vor den Verschwörungen der Menschen; du verbirgst sie in einer Hütte vor dem Gezänk der Zungen. [22] Gelobt sei der HERR, denn er hat mir seine Gnade wunderbar erwiesen in einer festen Stadt! [23] Ich hatte zwar in meiner Bestürzung gesagt: ‚Ich bin verstoßen von deinen Augen!‘ Doch du hast die Stimme meines Flehens gehört, als ich zu dir schrie. [24] Liebt den HERRN, alle seine Frommen! Der HERR bewahrt die Treuen, und er vergilt reichlich dem, der hochmütig handelt. [25] Seid stark, und euer Herz fasse Mut, ihr alle, die ihr auf den HERRN harrt!“***

*(Psalm 31,2–25)**

Psalm 31,2–25

In einer Umfrage hat ein Professor der Cornell University in New York versucht herauszufinden, was ältere Menschen rückblickend auf ihr Leben am meisten bereuen. Er hat Antworten wie: „Eine unüberlegte Geschäftsentscheidung“, oder: „Eine Affäre“, erwartet. Doch die meisten gaben an, sich zu viele Gedanken und Sorgen gemacht zu haben.

Das *Focus*-Magazin schreibt dazu: „Das Grübeln über Dinge, die noch gar nicht eingetreten sind, scheint sehr häufig vorzukommen. Viele zermartern sich das Gehirn und machen sich Gedanken über Ergebnisse, deren Grundstein noch nicht einmal gelegt ist.“

Um diesem Muster der Sorgen zu entkommen, hilft uns die Losung unserer Gemeinde für das Jahr 2026. Sie steht in Psalm 31,16: *„In deiner Hand steht meine Zeit […]“* Unser gesamtes Leben, jeder Tag und jeder Augenblick im neuen Jahr, liegt in Gottes Händen. Deswegen brauchen wir uns nicht zu sorgen.

Psalm 31,16

Als David diesen Satz schrieb, war er in großer Not. Auch wir kennen Zeiten, in denen unsere Seele schwer belastet ist. Es gibt Tage, manchmal auch Wochen, Monate, mitunter Jahre, in denen uns das Leben massiv bedrückt. Wir sehen kein Licht. Alles ist dunkel. Du denkst: „Ich kann nicht mehr. Ich schaffe es nicht.“ Wie schweres Blei drücken die sorgenvollen Gedanken auf das Herz. Traurigkeit, Resignation und Zukunftsangst breiten sich aus.

Wir alle erleben solche notvollen Zeiten. Niemand hat den Luxus eines sorgenfreien Lebens. Auch die Menschen der Bibel haben das erlebt – wie David. Er spricht von dem Kummer und der Bedrängnis seiner Seele: *„Du hast mein Elend angesehen, du hast auf die Nöte meiner Seele geachtet“* (Psalm 31,8). Er hat auch Furcht: *„Sei mir gnädig, o HERR, denn mir ist angst“* (Psalm 31,10). Dieser Zustand hat Auswirkungen auf seinen Geist und seinen Körper: *„Vor Gram sind schwach geworden mein Auge, meine Seele und mein Leib […]“* Alles ist von seiner Depression betroffen: *„Denn mein Leben ist dahingeschwunden in Kummer und meine Jahre mit Seufzen“* (Psalm 31,11). Wenn solche Schwächephasen über uns kommen, stellt sich oft ein erhöhtes Bewusstsein unserer Sünden ein. Auch bei David: *„Meine Kraft ist gebrochen durch meine Schuld, und meine Gebeine sind schwach geworden.“* Und das alles wird auch noch zu einer Belastung für sein Umfeld. Die Leute wenden sich ab und er fühlt Einsamkeit. Von vier Menschengruppen erlebt er völlige Ablehnung: *„Vor all meinen Feinden bin ich zum Hohn geworden, meinen Nachbarn allermeist, und ein Schrecken meinen Bekannten; die mich auf der Gasse sehen, fliehen vor mir“* (Psalm 31,12). Feinde, Freunde, nahestehende Menschen, Fremde – allen ist er zur Last geworden. In dieser Verunsicherung fühlt er sich, als würde jeder über ihn hinter seinem Rücken reden: *„Denn ich habe die Verleumdung vieler gehört – Schrecken ringsum! –, als sie sich miteinander berieten gegen mich“* (Psalm 31,14). Davids Lage war grauenvoll.

Psalm 31,8.10–12.14

Wie kommt man da heraus? Wie kommen wir aus dem Tal der Tränen und der Schmach? Wie entrinnen wir dem Karussell negativer Gedanken?

Dieser Psalm 31 – einschließlich unserer Jahreslosung – kann uns helfen. Er lehrt uns, uns an Gott zu erinnern und in Seiner Vorsehung zur Ruhe zu kommen.

1. Sich an Gott erinnern

Der Schlüssel zum Ausgang aus Davids Elend lag darin, sich Gott zu nähern: *„Bei dir, o HERR, habe ich Zuflucht gefunden […]“ „In deine Hand befehle ich meinen Geist […]“ „Ich, ich vertraue auf den HERRN.“ „Aber ich vertraue auf dich, o HERR; ich sage: Du bist mein Gott!“* (Psalm 31,2.6–7.15). **Psalm 31,2.6–7.15**
Dieses Vertrauen und Sich-Gott-Nähern ist nicht aus der Luft gegriffen. Nein, der Psalmist nennt Gründe, warum er trotz seines Elends Gott vertraut. Und alle diese Gründe sind an Gottes Eigenschaften geknüpft. Er erinnert sich, wer Gott ist.

Auch für uns liegt die Hilfe in der Not darin, uns an Gott und Sein Wesen zu erinnern. Es gibt Tage, an denen selbst das zu schwer erscheint. Hier soll kein besserwisserischer, belehrender Finger erhoben, sondern der Blick auf Gottes Wort gelenkt werden. Dort finden wir David, einen Mann in größten Nöten, der mit Depression und Traurigkeit zu tun hatte. Er rief: *„Was betrübst du dich, meine Seele, und bist so unruhig in mir?“* (Psalm 42,6). **Psalm 42,6**
„Ich bin tief gebeugt und niedergedrückt; ich gehe trauernd einher den ganzen Tag“ (Psalm 38,7). **Psalm 38,7** Was tat er, um in diesen Tiefen Gottes Hilfe und Nähe zu erfahren? Er richtete sich auf den Herrn und Seinen Charakter aus. Gottes Erkenntnis stärkt uns in den Tiefen des Lebens und gibt Kraft auch für das neue Jahr. An folgende Eigenschaften Gottes erinnert David sich.

1. a. Gottes Gegenwart …

… fühlt er nicht nur, sondern er weiß von ihr. Oft war David auf der Flucht – vor Saul und vor seinem Sohn. In den Bergen hielt er Ausschau nach Höhlen, Felsen, Vorsprüngen und Festungen, die ihm Schutz gaben. Er weiß, dass für seine seelischen Nöte Gott dieser Schutzraum ist. Deswegen sucht er Ihn und birgt sich bei Ihm: *„Bei dir, o HERR, habe ich Zuflucht gefunden […] Sei mir ein starker Fels, eine feste Burg zu meiner Rettung! Denn du bist mein Fels und meine Festung, […] du bist meine Schutzwehr“* (Psalm 31,2–5). **Psalm 31,2–5** Da ist ein Ort, an dem ich mich in meiner Schwachheit und trotz meiner Schwachheit bergen kann. Es sind nicht Menschen. Die wenden sich ab. Es sind nicht die Ärzte, die stoßen an ihre Grenzen. Es ist nicht einmal die Gemeinde, die uns manchmal enttäuscht, sondern es ist Gott allein. Nur bei Ihm finden wir Schutz in den finsteren Tagen unseres Lebens: *„Du verbirgst sie“,* die Zuflucht suchen, *„im Schutz deines Angesichts“* oder *„im Schutz deiner Gegenwart“* (Psalm 31,21). **Psalm 31,21** In Gottes Gegenwart bist du sicher. Und nicht nur das. Gott ist kein kalter Felsen, sondern ein liebevoller Schutzherr, *„denn du hast mein Elend angesehen, du hast auf die Nöte meiner Seele geachtet“* (Psalm 31,8). **Psalm 31,8** Herr, du weißt um meine Not und bist ein Gott, der mich sieht. Ist auch dir das bewusst?

David erinnert sich an Gottes Gegenwart, aber auch an die Fürsorge des Herrn.

1. b. Gottes Fürsorge

Gott ist nicht nur da, Er kümmert sich auch: *„Du hast mich erlöst, HERR, du treuer Gott!“ „[Du] hast mich nicht ausgeliefert in die Hand des Feindes […]“ „Wie groß ist deine Güte, die du denen bewahrst, die dich fürchten“* (Psalm 31,6.9.20). Gott bewahrt für dich Güte auf und sorgt dafür, dass sie nicht schwindet. David ist sich trotz seiner Not bewusst, dass Gottes liebevolle Fürsorge, Seine Barmherzigkeit, Seine Gnade und Sein Segen immer für ihn da sind. Und David baut auch auf Gottes Leitung: *„Führe und leite du mich um deines Namens willen!“* (Psalm 31,4). David erinnert sich an Gottes Gegenwart, Fürsorge und Vorsehung.

Psalm 31,6.9.20

Psalm 31,4

1. c. In Gottes Vorsehung zur Ruhe kommen

Und hier kommen wir zu unserer Jahreslosung: *„In deiner Hand steht meine Zeit“* (Psalm 31,16). Viele Menschen glauben, dass unsere Zeit in den Händen des Glücks, des Schicksals oder des Zufalls liegt. Sie meinen, wir wären wie ein Flaschenkorken, der im riesigen Ozean hin- und hergetrieben wird. Natürlich macht man sich dann Sorgen über das, was kommen wird. Aber die Bibel erklärt uns, dass nichts in unserem Leben dem Glück, dem Schicksal oder dem Zufall geschuldet ist. Im Gegenteil: Nichts, was in unserem Leben geschieht, kann Gottes souveränen Willen verfehlen. Das ist Davids großer Trost. Alle Dinge, die uns in den Weg kommen, stehen unter Gottes Kontrolle. Nichts geschieht „einfach so“. Die Nachricht, die du in der letzten Woche bekommen hast, ist nicht das Ergebnis von Mangel an Glück. Unsere Zeit steht nicht in der Hand des Zufalls, sondern in Gottes Hand.

Psalm 31,16

2. Alle Zeiten

Welche Zeiten sind in Gottes Hand? Alle. Das lässt auch unsere Not und Traurigkeit in einem anderen Licht erscheinen. Jeder Aspekt unseres Lebens ist in Gottes Hand: Krankheit oder Gesundheit, Mangel oder Überfluss, Erfolg oder Niederlage. Die Zeiten unserer Jugend liegen in Seinen Händen, ebenso die unseres Alters. Sowohl die glücklichen als auch die traurigen Zeiten kommen und gehen, wie Er es bestimmt. Auch ihre Dauer ist von Ihm festgelegt. Dass nicht der Zufall uns regiert, sondern Gottes Vorsehung, lehrt die gesamte Bibel: *„In [dem Christus], in welchem wir auch ein Erbteil erlangt haben, die wir vorherbestimmt sind nach dem Vorsatz dessen, der alles wirkt nach dem Ratschluss seines Willens“* (Epheser 1,11). *„Ich verkündige von Anfang an das Ende, und von der Vorzeit her, was noch nicht geschehen ist. Ich sage: Mein Ratschluss soll zustande kommen, und alles, was mir gefällt, werde ich vollbringen“* (Jesaja 46,10). *„Das Herz des Menschen denkt sich seinen Weg aus, aber der HERR lenkt seine Schritte“* (Sprüche 16,9).

Epheser 1,11

Jesaja 46,10

Sprüche 16,9

Wir sind weder dem Zufall noch dem Schicksal oder gar dem Horoskop ausgeliefert. Unsere Zeit steht in Gottes Händen. Und bedenken wir, was es für Hände sind: sichere!

3. Sichere Hände

Wir denken an Geschäfte und Unternehmen, die man in sicherer Hand wähnt, oder an ein Land, das mit sicherer Hand regiert wird. Auch ein Torwart kann eine sichere Hand haben. Oder ein Pilot steuert das Flugzeug mit sicheren Händen. Gottes Wort lehrt uns, dass unsere Zeit in den sichersten Händen überhaupt liegt. Da ist jemand, der das Steuer deines Lebens in der Hand hält. Er steuert dein Lebensschiff wie ein Experte. Es ist unser Vater im Himmel. Es sind vollkommen weise und liebevolle Hände. Er weiß, was Er tut, denn Er sieht das große Bild. Das entbindet uns nicht von unserer Verantwortung für unsere Entscheidungen, doch ist es ein großer Trost, zu wissen, dass unsere Zeit in Gottes Hand steht.

4. Ein weiches Kissen für schwere Herzen

Die Puritaner beschrieben diese Vorsehung Gottes als ein weiches Kissen. Charles H. Spurgeon (1834–1892) hat gesagt: „Die Souveränität Gottes ist das Kissen, auf dem du dein Haupt zur Ruhe bringst.“ Wenn du dich abends niederlegst, dann kommt der Moment, wenn Sorgen und Bedenken dir durch den Kopf gehen. Die Probleme und der Druck überfluten deine Gedanken. Hier ist ein weiches Kissen für dein beladenes Herz: *„In deiner Hand steht meine Zeit“* (Psalm 31,16). Dieses Kissen kannst du überall mitnehmen. Das Kissen der Vorsehung und Souveränität Gottes hast du an jedem Ort und zu jeder Zeit dabei.

Psalm 31,16

Davids Leben war bedroht, er wurde verfolgt. Sein eigener Sohn stellte sich gegen ihn und wollte ihn töten. Er hat einen anderen Sohn im Säuglingsalter verloren. Und dennoch legt er sein Haupt auf das Kissen der Vorsehung Gottes: Meine Zeit steht in Gottes Händen. Lass auch dir diese Worte wie ein Kissen sein! Gott ist in allen Umständen deines Lebens gegenwärtig. Nichts, was in unser Leben tritt, überrascht Ihn. In der Tat kann nichts in unser Leben treten, was nicht zuerst den Filter Seines „gute[n] und wohlgefällige[n] und vollkommene[n] Wille[ns]“ passiert hat (Römer 12,2).

Römer 12,2

Wenn wir verstehen, „dass denen, die Gott lieben, alle Dinge zum Besten dienen, denen, die nach dem Vorsatz berufen sind“ (Römer 8,28), dann leben wir in einer befreienden Ergebung Gott gegenüber. Dann können wir mit Paulus sagen: *„Ich habe nämlich gelernt, mit der Lage zufrieden zu sein, in der ich mich befinde. [12] Denn ich verstehe mich aufs Armsein, ich verstehe mich aber auch aufs Reichsein; ich bin mit allem und jedem vertraut, sowohl satt zu sein als auch zu hungern, sowohl Überfluss zu haben als auch Mangel zu leiden. [13] Ich vermag alles durch den, der mich stark macht, Christus“* (Philipper 4,11–13). David ist in Not. Er besinnt sich auf Gott und weiß: Er ist da und sorgt für mich und ich komme in Seiner Vorsehung zur Ruhe.

Römer 8,28

Philipper 4,11–13

5. *Wie das alles in mein Herz fallen kann*

Empfange Gottes Wort – sowohl im Gottesdienst als auch in der persönlichen Andacht und im Bibellesen! Denn nur das Wort zeigt uns, wer Gott ist. Und die Erinnerung an Sein Wesen tröstet uns in unserer Not. So ging es auch Jona, der Psalm 31 zwei Jahrhunderte nach dessen Niederschrift zitierte. Vier Jahrhunderte später wurde er Jeremia zum Segen. Und tausend Jahre später zitierte sogar Jesus ihn in Seiner größten seelischen Finsternis am Kreuz, als Er sagte: *„Vater, in deine Hände befehle ich meinen Geist! Und als er das gesagt hatte, verschied er“* (Lukas 23,46).

Lukas 23,46

Jona, Jeremia und auch Jesus: Sie alle kannten diesen Psalm, sie lebten im Wort. Und das Wort wurde ihnen zu einer Kraftquelle, denn es führte sie zu Gott selbst. Daher nehmen wir das Wort auch im neuen Jahr in uns auf. Durch die Kraft des Heiligen Geistes wird es unserer Seele zur lebendigen Speise. Wir lesen es, lassen es auf unsere Herzen wirken. Und wir beten es. Werden dann alle Probleme verschwunden sein? Nein. Aber wir werden gestärkt und innerlich befreit leben. Und dann werden wir sogar zur Ermutigung auch für andere: *„Liebt den HERRN, alle seine Frommen! […] [25] Seid stark, und euer Herz fasse Mut, ihr alle, die ihr auf den HERRN harrt!“* (Psalm 31,24–25). Es ist kein Versprechen für ein sorgenfreies Leben. Aber es ist die Zusage, in der Not Gottes Hilfe zu empfangen.

Psalm 31,24–25

6. *Abschließendes Wort*

Zum Schluss noch ein Wort an die, welche noch nicht zu Jesus gehören. Dieses Psalmwort, dass die Zeit in Gottes Hand steht, ist ein Gebet. Ein Christ zu werden ist ein drastischer Schritt. Es bedeutet, sein Leben in Gottes Hände zu legen. Es bedeutet nichts weniger, als zu sagen: „Gott, ich gebe mich selbst dir hin. Ich liefere mich dir ganz aus, damit du mich rettest, lehrst, umgibst, leitest und führst. Ich halte nichts vor dir zurück.“ Ein radikaler Schritt muss gegangen werden, um sagen zu können: „Meine Zeit, alles von mir, steht in deiner Hand.“ Willst du nicht dein Leben ganz in Gottes Hände Gottes legen und nichts mehr zurückhalten? Willst du Ihm nicht sagen: „Herr, ich möchte, dass du mein Gott wirst. Danke, dass du Jesus Christus, deinen einzigen Sohn, gabst, um mich zu retten! Bitte nimm mein Leben an, ich will ganz dein sein!“?

GEMEINDE UND MISSIONSWERK ARCHE e. V., Doerriesweg 7, 22525 Hamburg
Tel.: (040) 547050, E-Mail: info@arche-gemeinde.de, www.arche-gemeinde.de
Gottesdienste: sonntags 10.00 Uhr
Bankverbindung: **Evangelische Bank eG, IBAN: DE98 520 604 100 00 70 70 70 5**

[*] Zitierte Bibeltexte sind entnommen aus: *Die Bibel,* übersetzt von Franz Eugen Schlachter, revidierte Fassung („Version 2000“).