



Ich pflege mich alle Neujahrmorgen
auf einen Stein am Weg hinzusetzen,
mit meinem Stab vor mir im Sand zu scharren
und an dies und jen's zu denken.
Nicht an meine Leser; sie sind mir aller Ehren wert,
aber am Neujahrmorgen auf dem Stein am Weg
denk' ich nicht an sie,
sondern ich sitze da und denke dran,
dass ich in dem vergangenen Jahr die Sonne
so oft hab' aufgehn sehn und den Mond
und dass ich so viele Blumen
und Regenbogen gesehn
und so oft aus der Luft odem geschöpft
und aus dem Bach getrunken habe,
und dann mag ich nicht aufstehn und nehm'
mit beiden Händen meine Mütz' ab
und guck hinein.

Matthias Claudius

Was tun, wenn die Zeit verfliegt?

Wir können sie nicht anhalten, aber sinnvoll nutzen.

Die Zeit und die Art und weise, wie wir sie erleben, haben den Menschen schon immer Rätsel aufgegeben. Die Physiker haben interessante Theorien aufgestellt, aber ihre Zeit wird mit einem Pendel oder schwingenden Teilchen gemessen und ist nicht die Zeit der Psychologen, die ohne Rücksicht auf Uhr oder Kalender verweilt oder dahinfliegt. Einer, der den Unterschied kannte, hat gesagt: „Wenn man zwei Stunden lang bei einem netten Mädchen sitzt, kommt einem das wie eine Minute vor; wenn man auf einem heißen Ofen sitzt, erscheint eine Minute wie zwei Stunden.“

Die Psychologen wissen schon lange, dass größere Zeiteinheiten wie Monate oder Jahre mit einem Alter rascher vergehen. Im frühen 19. Jahrhundert bemerkte der englische Dichter Robert Southey einmal: „Die ersten 20 Jahre sind die längere Hälfte unseres Lebens. So kommen sie uns vor, während sie vorübergehen, und so erscheinen sie uns, wenn wir auf sie zurückblicken; und sie nehmen in unserer Erinnerung mehr Raum ein als alle folgenden Jahre.“

Diese Erscheinung lässt sich mit einem einfachen Rechenbeispiel erklären: Ein Jahr macht für einen Fünfjährigen 20 % seiner Lebenszeit aus, für einen 50jährigen Menschen dagegen nur 2 %. Einem Kind erscheint also ein Jahr viel länger als einem Erwachsenen. Der Psychologe Charles E. Joubert stellt fest, dass die Zeit umso schneller zu vergehen scheint, je mehr sie durch Termine gegliedert ist. So verfliegt ein Tag im Büro, verglichen mit einem Tag am Strand, im Handumdrehen. Da die meisten Menschen mit zunehmendem Alter mehr Tage im Büro als am Strand verbringen, könnte die Zunahme gegliederter Zeit Schuld daran sein, dass mit dem Älterwerden die Jahre schneller vergehen.

Geoffrey Godley, ein Professor für Freizeitforschung, erklärt, wir können dieses Gefühl abschwächen, indem wir es „nicht zur Kenntnis nehmen“. Nach seiner Meinung lässt sich das am besten dadurch erreichen, dass man tut, was einem Freude macht - bergsteigen, Kriminalromane schmökern, tanzen, malen oder den Kindern vorlesen. Erwartung und Vertrautheit lassen die Zeit ebenfalls scheinbar schneller vergehen. Wir haben fast alle schon erlebt, dass wir durch eine unbekannte Gegend gefahren sind. Inmitten der fremden Landschaft und ohne zu wissen, wann wir ankommen, erleben wir den Ausflug als ein Unternehmen von langer Dauer. Der Rückweg dagegen scheint, obwohl er genauso lang ist, viel weniger Zeit zu beanspruchen.

Das Neue ist der Routine gewichen. Wenn wir also gelegentlich eine andere Strecke wählen, können wir den Zeitablauf verlangsamen.

Werden die Tage einander so ähnlich wie Perlen auf einer Schnur, dann gehen sie ineinander über, und selbst Monate werden zu einem einzigen Tag. Um dem entgegenzuwirken, sollte man versuchen, den Tag zu unterteilen, die Zeit sozusagen anzuhalten.

Eine Bekannte, die einen verantwortungsvollen Posten hat, nutzt ihre Mittagspause, um die Stadt näher kennenzulernen. Neulich ist sie zum ersten Mal seit langer Zeit in den Zoo gegangen. Dadurch unterbrach sie den massiven Block gleichmäßig verlaufender Tage. Den Lauf der Zeit kann man auch verlangsamen, indem man etwas Neues lernt. Die Tage der Jugend erscheinen uns nicht zuletzt deshalb so angefüllt und lang, weil sie die Tage des Lernens und Entdeckens waren. Für viele von uns endet der Unterricht, wenn wir von der Schule gehen, doch das muss nicht so sein.

Der international bekannte Mathematiker Ronald Graham beklagt sich nie darüber, dass die Zeit verfliegt. Sein Geheimnis: „Scheue dich nicht, Anfänger zu sein.“ In den letzten 40 Jahren hat er die chinesische Sprache gemeistert und Klavierspielen gelernt, sich mit Jonglieren und Akrobatik befasst und bei alledem Dutzende von Aufsätzen geschrieben und alljährlich viele tausend Kilometer zurückgelegt.

Manchmal lässt sich der Lauf der Zeit auch dadurch verlangsamen, dass man in die Vergangenheit zurückblickt. Ein Tagebuch zu führen oder eine Autobiographie zu schreiben ist ein ausgezeichnetes Mittel, die ineinanderfließenden Jahre zu ordnen, sodass sie ein befriedigendes Muster aus Ereignissen und Erfolgserlebnissen bilden.

Mein Vater begann kurz vor seinem 65. Geburtstag damit, ein paar Erinnerungen niederzuschreiben. Mit der Zeit wuchsen sich die Notizen zu dicken Heften aus. Dann kauften wir Kinder ihm einen Computer. Jetzt, fast 400 Seiten später, ergibt sich eine große Linie. Welch ein herrlich erfülltes Leben!

In Josephine Harts Roman „Verhängnis“ klagt jemand: „Die Zeit ritt mit mir durchs Leben - und blieb immer Sieger. Kaum dass ich die Zügel halten konnte.“ Mit Hilfe der Vorschläge und ein wenig Phantasie sollten Sie in der Lage sein, die Zügel zu ergreifen und den Galopp zu verlangsamen. Genießen Sie jeden Augenblick. Erfüllen Sie Ihre Tage mit sinnvoller Tätigkeit und mit Neuem. Schon der französische Essayist Montaigne sagte: „Der Wert des Lebens liegt nicht in der Länge der Tage, sondern in dem Gebrauch, den wir von ihnen machen.“

Bruce Schechter

Zum neuen Jahr

In Finsternis geboren,
Dem Lichte zugewandt,
Geht aus verschiedenen Toren
Das neue Jahr ins Land.
Vor Morgengraun,
In starkem Frost und Eise
Beginnt die Reise:
Jed Jahr will seinen Frühling schaun.

Es kommt aus Gottes Händen,
In ihm wird's offenbar;
In Gott wird selig enden
Dies Jahr und alles Jahr.
Auf deinem Haupt gezählet,
Was jedem fehlet,
Nahm Gott, bevor wir warden, wahr.

Ein Jahr muss bald veralten,
Kennt seine Stätte nicht,
Fährt hin mit Winds Gewalten,
Wir haben's Zuversicht.
Gott schickt den Tod,
Den Boten stark von Schwingen,
Uns heimzubringen
Aus aller Feindschaft, Fahrt und Not.

Wir werfen unsre Sorgen
Auf ihn und glauben fest,
Dass Gott uns heut und morgen
Und ewig nicht verlässt.
Das bängste Leid,
Die längste Not hienieden
Dünkt eitel Frieden
Vorm Antlitz seiner Herrlichkeit.

Zum neuen Jahr, aus: Rudolf Alexander Schröder, Gesammelte Werke. Die Gedichte,
© Suhrkamp Verlag Frankfurt am Main 1952

Ein jegliches hat seine Zeit, und alles Vorhaben
unter dem Himmel hat seine Stunde: Geboren
werden hat seine Zeit, sterben hat seine Zeit.

Prediger 3, 1-2

Sinn des Lebens

Was ist Zeit? Der Ablauf von Stunden, Tagen, Monaten und Jahre? Ein neues Jahr liegt vor uns. 12 Monate, 52 Wochen, 365 Tage oder 8760 Stunden. und doch wissen wir nicht, welche Zeiten uns in diesem Jahr bevorstehen. Noch ist das Jahr unbeschrieben und unbeschwert. Der Prediger legt uns den Gedanken nahe, dass es für alles, was auf dieser Erde geschieht, eine bestimmte Zeit gibt. Es ist nicht eine beliebige Zeit, sondern alles ist Gottes Zeit. Sie ist für uns Menschen unverfügbar. Ich kann nur den gegenwärtigen Augenblick annehmen - mit allen Gegensätzen, die mein Leben ausmachen: Geburt und Tod, Freud und Leid, Gelingen und Scheitern, Gesundheit und Krankheit, Einatmen und Ausatmen. Doch es sind keine Gegensätze, sondern Polaritäten, zwischen denen uns die ganze Fülle des Lebens begegnet. Natürlich wollen wir lieber das Glück festhalten, lieber gesund sein und erfolgreich und das Leid von uns fernhalten. Doch: Beides gehört zu uns, und zur Zufriedenheit gelangen wir, indem wir uns gegenüber allen Dingen gleich-gültig oder gleich-mütig verhalten.

Ich will lernen, alles als zu meinem Leben zugehörig zu betrachten. Der Sinn des Lebens besteht für mich darin, die Kunst des Liebens und des Loslassens zu lernen. Ich weiß, dass dieses neue Jahr anders werden wird als das vergangene, denn das Leben verändert sich und auch ich selbst unterliege dem Prozess der Veränderung. Das macht mir nicht Angst, sondern Mut zum Leben. Das neue Jahr liegt mit seiner Zeit unberührt vor mir. Manches in mir muss vielleicht sterben und Neues darf ans Licht kommen. Es liegt an mir, ob ich das Leben als Chance und Herausforderung annehme.

Guter Gott, mit Zuversicht, die in mir liegt,
gehe ich in das neue Jahr.

Neujahrsbesang

Nun lasst uns gehn und treten
mit Singen und mit Beten
zum Herrn, der unserm Leben
bis hierher Kraft gegeben.

Wir gehn dahin und wandern
von einem Jahr zum andern,
wir leben und gedeihen
vom alten bis zum neuen.

Ach Hüter unsers Leben,
fürwahr, es ist vergebens
mit unserm Tun und Machen,
wo nicht dein` Augen wachen.

Hilf gnädig allen Kranken,
gib fröhliche Gedanken
den hochbetäubten Seelen,
die sich mit Schwermut quälen!

Das alles wollst du geben,
o meines Lebens Leben,
mir und der Christenschare
zum sel`gen neuen Jahre!

Paul Gerhardt

Mensch, nimm dir Zeit!

Als Gott die Zeit
gemacht hat,
hat er genug
davon gemacht.

Irishes Sprichwort

Haben Sie einen besonderen Vorsatz für das neue Jahr? Vielleicht ist es der Vorsatz, dass Sie ab jetzt wieder mehr Zeit für sich selbst, für andere und für Gott haben wollen. „Das Zeithaben ist keine Zeitfrage“, sagt ein weises Wort.

Wir brauchen Zeit für uns selbst, damit wir zu uns selbst kommen: Zeit zum Lesen, zum Stillwerden, zum Musikhören. Wir brauchen Zeit für andere - für Kinder, Ehepartner, Eltern oder Freunde -, weil sich keiner nur allein entfalten kann. Wir brauchen Zeit für Gott, der einzig unserem Leben Sinn und Erfüllung geben kann.

Das neue Jahr bietet uns die Möglichkeit, unsere Zeit neu einzuteilen. „Alles hat seine Stunde. Für jedes Geschehen unter dem Himmel gibt es eine bestimmte Zeit“, heißt es im alttestamentlichen Buch Kohelet (3,1). Das gilt für viele Dinge im Leben: für Weinen und Lachen, für Pflanzen und Ernten, für Schweigen und Reden, für Trauern und Tanzen...

Der Mensch steht wie alles Lebendige unter einem bestimmten Rhythmus. Es gibt nicht nur Herbst und Winter, es gibt auch Frühling und Sommer. Es gibt Tag und Nacht, Einatmen und Ausatmen. Neben der Arbeit brauchen wir immer wieder eine Zeit der Erholung. Schon Jesus hat seinen Jüngern, als sie „randvoll“ von einer Missionsreise zurückkamen, Ruhe, also Ferien, verordnet: „Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus!“ (Mk 6,31).

Wofür wir uns im neuen Jahr Zeit nehmen sollten, drückt ein kleiner Text aus Irland mit folgenden Worten aus:

„Nimm dir Zeit zur Arbeit,
das ist der Preis für den Erfolg.
Nimm dir Zeit, zu denken,
das ist die Quelle der Macht.
Nimm dir Zeit, zu spielen,
das ist das Geheimnis der ewigen Jugend.
Nimm dir Zeit zu lesen,
das ist das Fundament zur Weisheit.
Nimm dir Zeit, freundlich zu sein,
das ist der Weg zum Glückseligsein.
Nimm dir Zeit, zu lieben und geliebt zu werden,
das ist das Privileg Gottes,
das er uns anvertraut.
Nimm dir Zeit, zu lachen,
lachen ist die Musik der Seele.“

Für alles gibt es also eine Zeit. Sicher hat es im abgelaufenen Jahr auch „dunkle“ Zeiten für uns gegeben. An Überraschungen und Enttäuschungen, Misserfolgen und Niederlagen hat es nicht gefehlt. Manchmal haben wir uns die Fragen gestellt: Warum? Warum so? Warum gerade ich? Wie lange noch?

Doch es gab keine fertigen Antworten auf diese Fragen. Aber eines haben wir im Auf und Ab des vergangenen Jahres immer wieder spüren dürfen: Gottes Wege sind zwar geheimnisvoll, aber sinnvoll. Gott hat uns unsere Sorgen und Nöte nicht abgenommen, aber er hat uns die Kraft gegeben, sie zu tragen, zu ertragen.

Was immer sich im neuen Jahr in unserem Leben ereignen mag: Gott ist bei uns. er begleitet uns mit seinem Segen, er fängt uns auf, wenn wir im Dunkeln fallen. Selbst wenn uns alle Menschen verlassen sollten, Gott verlässt uns nicht. Bei ihm sind wir geborgen wie ein Vogel im Nest.

Haben wir nur Mut, beginnen wir das neue Jahr mit Gott! Der Kirchturm und die Glocken sagen: „Er ist da!“

Dr. Reinhard Abeln

Ein neues Jahrist eingekehrt



1. Ein neu-es—Jahr ist ein-ge-kehrt im Rei-gen uns- rer Zeit. Ein
 2. Ein neu-es—Jahr ist wie ein—Buch, das un-ge-schrieben liegt. Sei
 3. Ein neu-es—Jahr—ein Neu-be-ginn im Ha-sten uns- rer Zeit. Gott



1. neu-er Weg, noch un-ver-wehrt, liegt still für uns be-reit. Laßt
 2. Se-gen drin und nie-mals—Fluch, daß stets das Gu-te siegt! Mög
 3. eh-ren ist des Le-bens—Sinn, zu sein für Ihn be-reit. Er



1. gehn ihn uns mit Je-sus Christ, Ihm fol-gen Schritt für—Schritt, dann
 2. Gott uns lei-ten Tag um Tag, der sei-nen Geist uns—gibt, daß
 3. for-me uns nach sei-nem Bild, Er füll uns ganz mit—Licht, bis



1. wird's ein Weg zu sei-ner—Ehr', sein Se-gen—wan-dert mit.
 2. je-der es er-ken-nen—mag, wie Gott, der—Höch-ste, liebt.
 3. ein-mal neu die Zeit er-füllt vor sei-nem—An-ge-sicht.

© Silber-Note, Musikverlag und Musikproduktion - Text und Melodie: Paul Toaspem

Passend zum Jahreswechsel finden Sie eine Predigt zum Thema „Jahreslosung“
 in unserer Arbeitshilfe „Ich lebe und ihr sollt auch leben“ Bestell-Nr.: 685111