

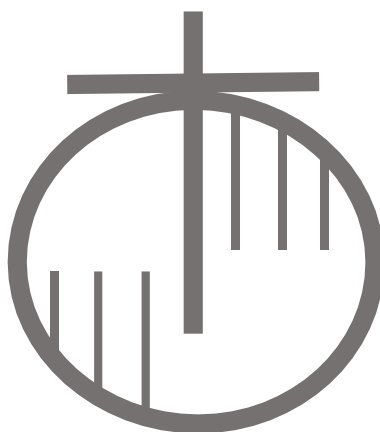
in Gottes Händen

geschützt und geborgen

Psalm 139,5; Psalm 125,1-2; 1. Petrus 5,10b

Nathalie Stucki

22. März 2020 – ATG Langnau



Einleitende Gedanken

Die aktuelle Situation rund um das Corona-Virus hat einen Einfluss auf unser aller Leben. Unsere Kinder sind ganztags zu Hause, wir empfangen keinen Besuch und treffen keine Freunde mehr oder wir dürfen selbst nicht mehr einkaufen gehen. Viele dieser Veränderungen sind einschneidend und zwingen uns dazu, uns immer wieder auf neue Gegebenheiten einzulassen und uns ihnen anzupassen. Die Unsicherheit, was das Virus noch alles mit sich bringen wird, ist gross. Wie können wir in dieser Zeit Ruhe finden? Wie schaffen wir es, dass uns Angst und Unsicherheit nicht gefangen nehmen, besonders, wenn wir allein sind und uns vielleicht dazu noch isoliert und einsam fühlen? Die folgenden Gedanken können helfen, uns von Gottes Händen tragen zu lassen.

Gottes Hände - überall

zum Schutz

Viele Psalmen reden über den Schutz, den Gott uns schenkt. Einer davon ist Psalm 139.

Psalm 139, 5

Von allen Seiten umschliesst du mich und
legst auf mich deine Hand.

Wenn Gott seine Hand auf uns legt, heisst das, er ist **über uns**. Alle Dinge über uns bieten uns Schutz, wie beispielsweise das Dach, der Schirm oder die Kapuze, die vor Regen schützen oder die Baumkrone oder die Store, die vor Sonne schützen. Wir lesen auch, dass Gottes Hand von allen Seiten **um uns herum** ist. Auch Dinge, die um uns herum sind, geben uns Schutz. Ich denke hier zum Beispiel an Mauern, die uns vor Wind schützen, an Kleider um uns herum, die vor Kälte schützen oder an Zäune zum Schutz der Tiere oder des Gartens.

Psalm 125, 1+2

Die auf den Herrn vertrauen, gleichen dem Berg Zion,
der nicht wankt und der ewig besteht.
So wie Jerusalem von schützenden Bergen umgeben ist,
so umgibt der Herr sein Volk, jetzt und für alle Zeit.

Jerusalem ist auf drei Seiten von bis zu 1000 Meter hohen Hügeln umgeben, fast wie grosse Mauern. Auch das vermittelt Schutz. Wieviel sicherer fühlst du dich, wenn du innerhalb von Mauern schläfst, als ganz im Freien? Da hilft schon nur eine Zeltwand. Hier finden wir eine wunderschöne Zusage, dass Gottes Hände um uns herum eine schützende Wand bilden. Und das nicht nur zeitweise oder einfach im Moment, sondern «ewig». Das wird sogar wiederholt mit «für alle Zeit», um die Aussage zu bestärken.

Was bedeutet für dich Schutz? Wo und wie suchst du Schutz? Wie erlebst du den Schutz Gottes?

zur Geborgenheit

Wände bieten uns aber nicht nur Schutz, sondern auch ein Gefühl der Geborgenheit. Jeder Mensch hat in sich das Bedürfnis, aufgehoben und geborgen zu sein. Geborgenheit meint einen Ort ohne Angst, ohne Unsicherheit, ohne Konkurrenz, ohne Leistungsanforderung. Es ist ein Ort des tiefen Vertrauens. Diesen Ort brauchen wir. Gerade in Zeiten der Unsicherheit, wenn in

unseren Leben unkontrollierbare Dinge geschehen, gerade in solchen Zeiten sollen und dürfen wir diese Geborgenheit in Gottes Händen finden.

Manchmal versuchen wir, uns selbst Orte der Geborgenheit zu schaffen. Unser Zuhause kann ein solcher Ort sein, auch Menschen können ein solcher Ort sein. Das ist auch alles nicht falsch, solche Dinge sind wichtig und nötig. Aber am Ende können wir nur an einem Ort vollkommene Geborgenheit finden: in Gottes Händen.

Wo und wie suchst du deine Geborgenheit? Suchst du sie manchmal am falschen Ort? Was kann dir helfen, bei Gott Geborgenheit zu finden, gerade in dieser Zeit, in der viele Menschen grosse Angst und Unsicherheit spüren? Wie kannst du deine von Gott kommende Geborgenheit mit anderen teilen?

[zur Sicherheit](#)

Gottes Hände sind nicht nur auf und um uns, sie sind auch **unter uns**. Diese Zusage finden wir zum Beispiel in diesem Text:

1 Petrus 5,10b

Gott wird euch mit allem versehen, was ihr nötig habt;
er wird euch im Glauben stärken, euch Kraft verleihen
und eure Füsse auf festen Boden stellen.

Nebst den grossartigen Versprechen, dass Gott uns stärken und kräftigen wird, macht er uns hier die Zusage, dass unsere Füsse auf festem Boden sind. Warum? Weil Gottes Hand unter uns ist. Wir können nicht tiefer fallen als in seine Hand, singen wir in einem Lied (Guete Vater). Gottes Hand unter uns schenkt uns Stabilität und Sicherheit. Er kennt uns, er weiss, wo wir dran sind und er lässt uns nicht los, er ist das stabile, sichere Fundament unseres Lebens.

Oft kommt Angst aus Unsicherheit. Ich kenne das gut, wenn ich nicht weiss, was kommt, macht mir das auch Angst. Ich weiss lieber, wie es läuft. Viele Ärzte und Wissenschaftler gehen davon aus, dass in naher Zukunft eine noch viel grössere «Corona-Welle» auf uns zu kommt. Wir wissen nicht, was da alles auf uns zukommt. Das macht Angst. Angst kann uns stark gefangen nehmen, uns um den Schlaf bringen. Wenn wir der Angst zu viel Raum lassen, kann sie alle unsere Gedanken durchdringen. Dann lassen wir uns von ihr kontrollieren. Gott spricht dir zu: Hab keine Angst, ich kenne die Situation der Welt, der Schweiz und auch deine persönliche und ich gebe es nicht aus der Hand! Wie stark packt dich die Angst? Wo wirst du von Angst kontrolliert?

Die Gefahr ist hier auch, dass wir versuchen, unsere eigene Sicherheit herzustellen. Zum Beispiel durch «Hamsterkäufe», wie sie in den Läden in den letzten Wochen oft bemerkt wurden. Natürlich, wir sollen unbedingt vorsichtig sein und unseren Beitrag zur Sicherheit leisten! Aber die erste und letzte Sicherheit liegt in Gott, in seinem Versprechen, dass der Boden unter unseren Füssen nicht wegfallen wird. Das heisst nicht, dass wir alle sicher gesund bleiben oder von dem Virus nicht betroffen sind. Das heisst aber: Was immer auch kommt, Gott hat dich in der Hand, er wird dich stärken und dir die Kraft geben für alles, was geschehen wird!

Wenn du deine Angst nicht loswirst oder unter der Unsicherheit leidest, lies zur Ermutigung Psalm 46, wenn nötig immer wieder und laut. Sprich dir die Zusagen dort selbst zu!

Abschluss

Gott macht uns die grandiosen Zusagen: Ich bin um dich herum, über dir und unter dir, bei mir findest du Schutz, Geborgenheit und Sicherheit, an jedem Ort und in jeder Zeit! Vertrauen wir gemeinsam auf diese Zusagen und halten uns in dieser besonderen Zeit daran fest!

Sprecht euch diese Zusagen auch persönlich zu, im Haushalt direkt, ausserhalb des Haushaltes per Telefon, Briefe, Mails, Nachrichten, ... Besinnen wir uns gemeinsam auf die Zusagen. Das wird uns allen neue Kraft und viel Lebensmut schenken und uns zuversichtlich und ruhig in die Zukunft schauen lassen.

Zur Vertiefung

Ohne Gottesdienst fällt auch das gemeinsame Singen und Beten weg. Hier sind einige Lieder abgedruckt. Die Texte können uns im Gebet vereinen und falls ihr Internet habt, könnt ihr sie auch hören und mitsingen. Die Links dazu findet ihr unten den Texten.

Meine Zeit steht in deinen Händen – Peter Strauch

Meine Zeit steht in deinen Händen, nun kann ich ruhig sein, ruhig sein in dir.

Du gibst Geborgenheit, du kannst alles wenden, gib mir ein festes Herz, mach es fest in dir.

Sorgen quälen und werden mir zu groß. Mutlos frag ich: Was wird morgen sein?

Doch du liebst mich, du lässt mich nicht los. Vater, du wirst bei mir sein.

Hast und Eile, Zeitnot und Betrieb nehmen mich gefangen, jagen mich.

Herr ich rufe: Komm und mach mich frei! Führe du mich Schritt für Schritt.

Es gibt Tage die bleiben ohne Sinn. Hilflos seh ich wie die Zeit verrinnt.

Stunden, Tage, Jahre gehen hin und ich frag, wo sie geblieben sind.

<https://www.youtube.com/watch?v=u5cWGXLpQ4M>

In deinen Händen – Martin Pepper

In deine Hände befehl ich meinen Geist, hier ist der Punkt, wo ich nicht mehr weiter weiß.

Ich schaff den Schritt nicht über den Verstand, begeben mich in deine Vaterhand.

Was vor mir liegt, befehle ich dir an, ich weiß nicht, was ich hier noch alleine tragen kann.

Die Kräfte lassen nach, ich bin verwirrt, bewahr mich, das mein Herz sich nicht verirrt.

In deine Hände begeben ich mich, o Herr, bis an mein Ende bleibe ich an dir,

festgehalten, sicher und gewärmt, auch wenn es draußen noch so friert und stürmt.

In guten Händen berge ich mich hier, Trost und Stärke finde ich bei dir.

In deinen Händen komme ich zur Ruh, und lasse das, was sein muss, einfach zu in deinen Händen.

In deinen Händen spüre ich mein Herz, ich atme ruhiger, denke himmelwärts.

Ich frag mich, was mich dort erwarten wird, und was davon schon jetzt zu mir gehört.

Wie wird das Leben nach dem Leben sein, wie finde ich mich in deine Welt hinein?

Was bring ich mit, das dir gefallen kann, und wie kann ich vor deinem Blick bestehen?

<https://www.youtube.com/watch?v=aWOXkkzNbl4>

Guete Vater - ICF Bern Worship

Da si Zite i mim Läbe woni kes Ziel meh ha
sich Bärge vor mir türme, mi Verstand nüm nache ma
Wo mi d Sorge wei verdrücke, wine Sog gäg abe zieh
und i d Hoffnig fasch verliere, wärsch nid du ganz nach bi mir

Gisch mir Fride, nöii Hoffnig und e töifi Rueh is Härz
Du treisch au mis Versäge und o mi töifschti Schmärz

Di Name isch guete, guete Vater, mi Anker i dr Not, mini Rettig, mini Burg
Du bisch e tröie, tröie Versorger für mi e sichere Ort

I mire Not lehri vertraue, das git mir nöie Muet
O weni viles nid begriife, eis weisi, du blibsch guet

Ja o denn weni merke, i gheie, i gheie nie töifer, i gheie nie töifer
Ja o denn weni merke, i gheie, i gheie nie töifer, aus i dini Häng

https://www.youtube.com/watch?v=t_SDYo3ijQA

In your hands - Unspoken

The dawn is breaking and I can hear Your whisper in the breeze
The world is waking and I am here to meet You on my knees
When I'm with You my soul finds rest, cause I can leave it in Your hands

The day keeps coming pulling me a different million ways
I'm always running but never seem to catch the things I chase
When I'm with You my soul finds rest, cause I can leave it in Your hands

Every sorrow, I leave it in Your hands, every sickness, I leave it in Your hands
All my failures, I leave them in Your hands. Amen, I leave it in Your hands

So I am laying the weight of all these burdens at Your feet
No more waiting, cause You've already won my victories
In Jesus my soul finds rest, cause I can leave it in Your hands

Every promise, I leave it in Your hands, every healing, I leave it in Your hands
And my future, I leave it in Your hands. Amen, I can leave it in Your hands

It's Your hands that form the mountains, Your hands set boundaries for the seas
And in Your hands You hold tomorrow, the same hands that took the nails for me

<https://www.youtube.com/watch?v=11NsK9-z3V4>