



„Prüft alles und behaltet das Gute“

Predigt im Neujahrsgottesdienst 2025 in St. Matthäus in München

Gnade sei mit euch und Friede von dem der da ist und der da war und der da kommt. Amen.

Ein neues Jahr beginnt, liebe Schwestern und Brüder, und ich wünsche Ihnen von Herzen Glück und Frieden, Zuversicht und Hoffnung, die das ganze Jahr halten sollen. Schön, dass wir uns gemeinsam auf das neue Jahr einstimmen.



Als Christinnen und Christen stellen wir uns heute unter die Losung für das ganze Jahr 2025: Prüft alles und behaltet das Gute.

Paulus hat das geschrieben. Vor fast 2000 Jahren in einem Brief an die Gemeinde in Thessaloniki. Es ist der älteste Brief, der von Paulus erhalten ist. Prüft alles und behaltet das Gute. Ich finde, dieser Satz klingt sehr modern, sehr aktuell. Gar nicht so nach Bibel-Spruch. Kurz, knackig und einleuchtend. Manche denken vielleicht: Das ist doch eine Binsenweisheit. Das mache ich doch schon immer so.

Klar will ich das Gute behalten und tun. Aber so klar und so einfach ist es dann doch nicht.

Als ich die Jahreslosung zum ersten Mal gehört habe, musste ich ein bisschen schmunzeln. Und ich habe mich irgendwie ertappt gefühlt. So etwas könnte auch Stiftung Warentest empfehlen: Prüft alles und kauft dann das Beste. Und wir helfen dabei mit unseren Produkttests. Menschen sind da sehr unterschiedlich ansprechbar. Ich habe mich schon immer gerne gründlich informiert, bevor ich etwas kaufe. Mich interessiert, wie andere die Qualität von Produkten einschätzen. Ich kaufe mir gerne Sachen, die richtig gut ihren Zweck erfüllen. Und ich vertraue da auf die Erfahrung und Empfehlung von anderen vertrauenswürdigen Personen.

Ich glaube, das Prüfen und Suchen nach dem besten Produkt ist bei vielen Menschen irgendwie genetisch angelegt. Wir überlegen, was ist das Beste. Die beste KiTa für mein Kind?

Wo finde ich eine gute Zahnärztin? Welches Rouladenrezept ist das feinste? Beim Einkaufen finde ich es immer faszinierend, wie Menschen sich mit Produkten beschäftigen und die Regale

studieren. Manche prüfen am Gemüsestand die Knackigkeit von jedem einzelnen Salatkopf. Die meisten von uns prüfen sich jeden Tag mehrfach vor dem Spiegel. Sitzen die Haare? Ist nach dem Frühstück alles okay im Mundbereich oder sind da Brösel? Habe ich Flecken auf der Hose? Ist alles gut?

Alles prüfen. Das ist anstrengend. Es fordert einen. Und bei manchen Menschen kann das ständige Prüfen und Überprüfen dazu führen, dass sie sich gar nicht entscheiden. Prüfen in Dauerschleife.

Vielleicht kennen Sie das – oder Sie kennen andere, die sich schwer tun mit Entscheidungen. Oft sind das Personen, die besonders sensibel sind und viel wahrnehmen.

Da tummeln sich so viele Gedanken im Kopf, dass schon das Sortieren dieser Gedanken herausfordernd ist.

Das Prüfen kann zur Lebenshaltung, zum Zwang werden. Unbedingt muss am Ende das Richtige, das Beste rauskommen. Bloß nicht falsch entscheiden. Vor lauter Überlegen und Prüfen kommen Menschen dann kaum noch zum Leben. Die Jahreslosung sagt nicht, du musst immer das Bestmögliche rausholen. Behaltet das Gute – nicht das allerbeste top-high-end-Produkt. Im Leben ist es eine Kunst, manchmal mit dem zweitbesten oder sogar drittbesten zufrieden zu sein. Oder sogar glücklich. Das ist wohl eines der größten Geschenke: Mit getroffenen Entscheidungen zufrieden sein. Es ist eine Kunst, sich zufrieden geben. Zufrieden sein.

Prüft alles und behaltet das Gute, empfiehlt Paulus.

Und er listet auf, was gut ist: Frieden halten. Trösten. Geduldig sein. Nichts nachtragen. Fröhlich sein, beten und danken. Geistvoll, visionär leben.

Die Dinge prüfen – das ist in der ganzen Menschheitsgeschichte wichtig, ein Mittel zum Überleben. Auch bei Gefahren. Nicht alles tut gut, nicht alles dient dem Guten. Das „Prüfet alles“ bei Paulus geht über solche Prüfroutinen hinaus. Es betrifft den Glauben, die Gemeinschaft mit Gott. Das Zusammenleben in der Gemeinde in Thessaloniki. Und da Gemeinschaft zu bilden, war damals schwer und ist es heute auch.

In Deutschland ist es seit der Nachkriegszeit lange Zeit selbstverständlich gewesen, zu einer Kirche zu gehören, entweder römisch-katholisch oder evangelisch. In manchen Gegenden war die Konfession ein wichtiger Teil der Identität. Mein Vater ist in den 30er Jahren des vorigen Jahrhunderts in der Oberpfalz aufgewachsen – das eine Dorf war evangelisch, das nächste Dorf katholisch. Man traf sich in der Schule und auch rund um die Kirche, die simultan betrieben wurde – am Sonntagmorgen erst katholisch, eine Stunde später evangelisch. Die Konfessionszugehörigkeit war für die Kinder so prägend, dass sie sich auf dem Schulweg regelmäßig verprügelt haben – Katholische gegen Evangelische und umgekehrt. Das wirkt heute wie ein Märchen aus alter Zeit. Unvorstellbar. Heute können viele Menschen in Deutschland mit Religion immer weniger anfangen. Sie verlassen die beiden großen Kirchen. In anderen Weltgegenden ist eine bestimmte Religionszugehörigkeit heute noch sehr prägend. Das stolze und schöne Land Syrien hat schreckliche Jahrzehnte hinter sich, und wir werden sehen, wie es weitergeht für die verschiedenen Kulturen und Religionen.

Ich glaube daran, dass viele Menschen in sich die Sehnsucht nach dem Guten tragen.

Ich möchte mich mit denen verbinden, die an den sozialen Ausgleichsprozessen hier in unserem Land und in anderen Ländern interessiert sind. Und mit allen, die das Gute nicht aufgeben. Wenn viele dieser Spur folgen, alles zu prüfen und nur das Gute zu behalten, bin ich für das Jahr 2025 nicht bange.

Prüfet alles. Paulus will die Männer und Frauen in der Gemeinde ermutigen. Haltet durch. Macht das Beste aus eurer Situation. Bleibt in eurem noch jungen Glauben, prüft ihn immer wieder, pflegt ihn gut. Und haltet als Gemeinde und Gemeinschaft zusammen.

Zur Zeit von Paulus ist das Individuum, die Person als Einzelwesen noch nicht erfunden. Jede und jeder ist eingeordnet an einen bestimmten Platz in der Gemeinschaft. Erst in der Renaissance und der Reformationszeit entdeckt man die Individualität jeder Person. Wir müssen heute viel dafür tun, das Gemeinsame zu entdecken und zu stärken.

Die kulturellen und auch religiösen Unterschiede lassen sich nicht vereinheitlichen. Manche Menschen leiden unter dieser so vielschichtigen Gesellschaft. Die hohe Zustimmung zu extremistischen und rechtsextremen Positionen, die von nationalistischen Zusammenführungen träumen, sind auch darauf zurückzuführen. Viele Leute sehnen sich nach Einheitlichkeit und verlässlichen Regeln wie früher. Es wird aber nie mehr werden, wie es einmal war. Alle müssen lernen, ihren Weg zu gehen und die Lebensweisen der anderen auszuhalten. Wir alle. Und das ist möglich:

Das ganze Leben hindurch reiht sich Entscheidung an Entscheidung. Der Alltag ist voller Ambivalenzen und Zwickmühlen. Ich muss mich aber entscheiden, weil ich ja nicht alles machen kann.

Mir hilft in diesen Entscheidungssituationen mich zu fragen.

Was hat mir in ähnlichen Situationen schon geholfen? Gibt es Unterschiede? Ist es irgendwann einmal besser und wann ist es wieder schlechter?

Je schwieriger eine Entscheidung ist, desto enger wird es in mir, und ich werde angespannt. Unruhig. Manchmal bin ich dann wie ein kleines Kind, das nicht mehr weiß, mache ich es so oder so. Was ist besser. Das kann man körperlich spüren und sogar sehen. Und der Körper will ernst genommen werden. Er speichert die ganzen Erfahrungen unseres Lebens ab. Er gibt Informationen und Entscheidungshilfen. Manche nennen dieses Urteilsvermögen das Bauchgefühl. Ich habe in meinem Leben immer besser gelernt, meinem Gefühl zu trauen. Mein Körper sagt mir zuverlässig: Mach mal eine Pause. Geh diese Strecke heute einfach mal zu Fuß.

Besonders in religiösen Fragen entscheidet das Bauchgefühl. Bleibe ich Mitglied in meiner Kirche?

Einige stellen da Fragen, manches ist ihnen fremd geworden. Aber irgendwie hält dann doch etwas. Wie ein Rahmen, wie so ein Gefühl von Geborgenheit.

In der Geschichte des Christentums haben christliche Herrscher wie Kaiser Konstantin schon früh Macht ausgeübt und bestimmte Riten und Verhaltensweisen durchgesetzt. So entstanden in Deutschland sehr stabile religiöse Verhältnisse. Die beiden großen Konfessionen leisten bis heute viel für das Zusammenleben. Das verändert sich nun langsam. Prüfet alles und das Gute

behaltet, heißt für manche Kirchenmitglieder leider auch: Das Angebot der evangelischen Kirche ist nichts mehr für mich. Das sagt mir einfach nichts.

Mir ist wichtig, dass der christliche Glaube immer auf den ganzen Menschen zielt, auf den Körper und auf die Seele. Wir haben in der Kirche „Religion“ oft mit bestimmten Denkmustern versehen.

Von klein auf sollten alle einige der alten Texte der Christenheit auswendig können. Ich liebe diesen Vorrat an Psalmversen, Kirchenliedern, die ich gelernt habe. Mein Glaube hilft mir im täglichen Leben. Und in den Nächten, wenn es schwer wird. Wenn – wie es in einem Psalm heißt – die Schatten des Todes nach mir greifen. Wenn ich trübe Stimmung habe oder einfach so viel auf mir lastet, dass ich gar nicht weiß, wo ich anfangen soll. Unterbrechen – das habe ich beim Meditieren gelernt. Einen Moment der Unterbrechung einlegen. Innehalten. Oft steigen dann Worte in mir auf – aus der Bibel. Die sage ich mir vor, rede sie mir ein: Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen. Unser Leben währet siebzig Jahr, und wenn's hoch kommt so sind's achtzig Jahr. Alles Prüfen, das Gute behalten.

„Mein Heiland, gib mir Kraft und Mut...“

Ich höre mir in den Weihnachtstagen unendlich oft das Weihnachtsoratorium von Johann Sebastian Bach an. Ich kann nicht genug davon kriegen. Es muss nicht immer live sein, in einem Konzert, aber dann und wann schon. An eine Aufführung erinnere ich mich bis heute. Auf der Bühne im Prinzregententheater in München steht eine Couch, normale Stühle, eine altmodische Stehlampe, alles wie daheim. Kein großer Chor, die Choräle werden von allen auf der Bühne mitgesungen, also auch vom Trompeter, wenn er nicht gerade spielt. Die Musiker und Musikerinnen tragen ganz normale Kleidung. Eine Hammondorgel, eine E-Gitarre spielen Bach. Das „Ensemble Resonanz“ aus Hamburg gestaltet das Weihnachtsoratorium als Hausmusik im Wohnzimmer und um einige Musikstücke gekürzt. Auf welche können wir auf keinen Fall verzichten. Prüft alles und behaltet das Gute.

Und es wirkt. Auch noch, wenn ich es per Spotify im Wohnzimmer höre.

Eifrig und mit dem Herzen das Gute behalten. Dahinter mache ich ein großes Ausrufezeichen, liebe Hörerinnen und Hörer. Wir behalten das Gute. Hinter diesen Sätzen bei Paulus steht die klare Aufforderung: Macht es. Verhaltet euch so. Haltet euch an das Gute, es hilft euch im Leben.

Prüft alles und behaltet das Gute! Das kann auch mal ein persönlicher Typen-Test sein. Unsere Landeskirche hat vor kurzem eine neue Internetseite eröffnet. Sie heißt ganzhier.de. Und es geht um Spiritualität. Auf ganzhier.de kann man was ausprobieren und sich testen. Welcher Spiritualitätstyp bin ich? Dazu muss man ein paar Fragen beantworten: Wann fühlst du dich am wohlsten? Was hilft dir beim Nachdenken? Wohin zieht es dich, wenn es regnet?

Es macht Spaß, und am Schluss erfährt man: Du bist ein Herz-Fuß-Typ, du bist Kopf-Hand... und Folgendes könnte zu dir passen. Und dann nennt die Seite kirchliche Angebote zum Meditieren, Sich-Bewegen, Still-sein. So viel Gutes. Ob an einem geistlichen Ort in Bayern wie dem Kloster Schwanberg oder bei der Community in Selbitz, in den spirituellen Zentren in der Stadt, in Kirchengemeinden. In aller Ruhe kann ich mich entscheiden: Will ich an einem Kurs teilnehmen

oder nicht. Die Seite nennt Ansprechpartner für das Herzensgebet und Expertinnen für das Pilgern, für Yoga, singen, zuhören.

Prüft alles und behaltet das Gute! Einen Weg für die eigenen Spiritualität finden – das ist auf jeden Fall gut und tut gut. Weil es mich mit Gott und meiner tiefen Sehnsucht verbindet. Das hilft mir, das Gute zu behalten.

Es gibt eine Kunst des Entscheidens– und es gibt auch eine Kunst des Behaltens.

Wie wäre das, wenn wir im Jahr 2025 uns in der Kunst, das Gute zu behalten weiter einüben? Jeden Tag etwas Gutes entdecken und es genießen. Und mir es vielleicht für morgen merken. Und für übermorgen auch.

Ich nehme mir das für das neue Jahr vor: Viel auf das Gute schauen. Und es behalten. Im Blick, im Herzen, im Sinn. Behaltet das Gute. Wie halte ich es – gut und sicher, nicht zu fest, nicht das Gute zerdrücken. Ich will das Gute wie ein neugeborenes Kind halten.

An Weihnachten haben wir das Kind in der Krippe gesehen. In jedem kleinen Kind ist das Gute mit bloßen Augen zu sehen. Und in diesem Kind erst recht. Dieses Kind soll unser Trost und Freude sein.

Amen