

# Nachtgedanken

---

Montag bis Sonntag, 20.50 Uhr (NDR 1 Niedersachsen)

**29. Dezember 2025 – 04. Januar 2025 – Auf der Schwelle – Von den Lebensübergängen**

**Autor: Ralf Meister, Landesbischof der Landeskirche Hannovers.**

Tag und Nacht, Silvester und Neujahr, Wachen und Schlafen, Kindheit und Alter. Das Leben ist ein Werden, Menschen stehen immer auf der Schwelle. Darum geht es in den Nachtgedanken von Ralf Meister. Ralf Meister ist Landesbischof der Landeskirche Hannovers.



Ralf Meister

Redaktion: Oliver Vorwald  
Evangelische Kirche im NDR  
Redaktion Hannover  
Knochenhauerstr. 38-40  
30159 Hannover  
Tel. (0511) 32 76 21  
[www.ndr.de/kirche](http://www.ndr.de/kirche)

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt und darf nur für private Zwecke des Empfängers benutzt werden. Jede andere Verwendung (z.B. Mitteilung, Vortrag oder Aufführung in der Öffentlichkeit, Vervielfältigung, Bearbeitung, Übersetzung) ist nur mit Zustimmung des Katholischen Rundfunkreferats zulässig. Die Verwendung für Rundfunkzwecke bedarf der Genehmigung des NDR.

## **29.12.2025 – Montag – Über die Schwelle**

In unserem Leben überschreiten wir immer wieder Schwellen. Wir gehen von einer Zeit zur andern. Nicht jeden Tag oder jede Nacht muss man sein Leben neu erfinden. Vieles wiederholt sich. Abend und Morgen, Arbeitswoche und Sonntag, in diesen Tagen auch das Ende des Weihnachtsfestes und in wenigen Tagen der Jahreswechsel. In diesen Übergängen ist es beruhigend, dass vieles sich immer gleich oder ähnlich darstellt. Im Vertrauten erkennen wir uns wieder. Wir haben Gewohnheiten, die immer wiederkehren. Darin sind wir in der Welt zuhause. Ich bin froh darüber. Je eiliger und wechselnder die Welt erscheint, umso kostbarer ist der Rhythmus des Gleichen. So wie in diesen Tagen die Ruhe zwischen den Jahren. Ein kostbarer Zwischenraum. Ein Raum für mich und für Gott.

Eine gesegnete Nacht wünscht Ihnen ihr Landesbischof Ralf Meister

## **30.12.2025 – Dienstag – das Zögern**

Die erste Ordnung, die einen Rhythmus in den Weltlauf brachte, schuf Gott. Das große Durcheinander, welches Tohuwabohu in der Bibel heißt, währte nicht lange. Gott setzte Lichter für den Tag und die Nacht an den Himmel. Seine Geistkraft schuf die Zeit. Kein Mensch kann ohne einen Rhythmus leben. Wir sind aktiv, aber wir brauchen auch Ruhe. Babys schlafen in den ersten drei Monaten meist 14 Stunden, im Alter sind es vielleicht nur noch fünf Stunden. Die Schlafdauer nimmt im Lauf des Lebens ab, aber es bleibt das gleiche Wechselspiel. Jeder Moment vom Einschlafen und Aufwachen bringt uns von einer Welt in eine andere. Aber dieser Wechsel trennt uns nicht von Gott. Wir überschreiten im Einschlafen eine Grenze der Zeit. Aber nicht ohne Gott, den Hüter der Nacht, auch in der anderen Welt über unserer Schlafstätte zu wissen.

Eine gesegnete Nacht wünscht Ihnen ihr Landesbischof Ralf Meister

## **31.12.2025 – Mittwoch – Das Fest**

Jedes Leben ist voller Übergänge. Besonders wird es, wenn eine Gemeinschaft oder, wie in wenigen Stunden, sogar die ganze Menschheit, einen Übergang feiert: den Jahreswechsel, mit Feuerwerk von Sydney, New York bis nach Berlin. Dieser Übergang wird überall mit guten Vorsätzen verbunden. Es soll besser werden. Die unerfüllten Wünsche sollen sich erfüllen. Was wäre das für ein Fest, wenn alle Menschen der Gewalt abschwören? Was wäre das für eine Welt, in der diejenigen, die viel, zu viel haben, denen von ihrem Wohlstand abgeben, die zu wenig haben, zu wenig zum Leben? Halten wir für ein paar Augenblicke den Gedanken fest: Wir alle sind eins. Freunde wie Feinde. Eine

Menschheit auf dem einen Planeten, auf dem wir zusammen eine Heimat haben. Was wäre das für ein Wunder, wenn daraus Frieden und Gerechtigkeit entstünden.

Eine gesegnete Nacht wünscht Ihnen ihr Landesbischof Ralf Meister

### **01.01.2025, Donnerstag – Alles ist neu**

Alle Übergänge, von Tag zur Nacht, vom alten Jahr ins neue, von der Woche in den Sonntag, sind uns vertraut. Und doch bringen sie jedes Mal etwas Neues. Kein Lebensjahr gleicht dem vergangenen. Selbst wenn wir glauben: Alles schon bekannt, zeigt sich bei genauem Hinschauen – nein, es ist anders. Es ist neu. Ich bin älter geworden, die Welt hat sich weitergedreht, alles verändert sich. Mit der biblischen Losung für das Jahr 2026 kommt es auf den Punkt: „Siehe, ich mache alles neu.“

Gott mischt sich ein. Ja, nicht immer so, wie wir wollen oder es uns wünschen. Aber er mischt mit. Albert Einstein soll gesagt haben „Es gibt zwei Arten sein Leben zu leben: Entweder so, als gäbe es keine Wunder, oder so, als wäre alles ein Wunder“. Mit diesem Wunderglauben werden wir viel Neues entdecken.

Eine gesegnete Nacht wünscht Ihnen ihr Landesbischof Ralf Meister

### **02.01.2025, Freitag – Jede Schwelle ein Tod**

Jeder Wochentag erinnert eigentlich an eine Station aus dem Leben Jesu. Doch das Wissen darum ist den allermeisten verloren gegangen. Als kleine Erinnerung an das Leiden Jesu gibt es einen Fastentag in der Woche. Jeder Freitag ist ein kleiner Karfreitag. Davon ist in einigen Küchen und in manchen Kantinen übriggeblieben, dass es freitags Fisch gibt. Einmal in jeder Woche ist es eine kleine Erinnerung, dass Gottes Sohn für uns gestorben ist. Damit beginnt das Wochenende. Höhepunkt ist der Sonntag. Und der ist dann eine kleine Auferstehungsfeier.

Einer der schmerzlichsten Übergänge, die jedem von uns bevorstehen, ist unser Tod. Doch bevor der uns in seine tiefe Traurigkeit reißt, erfüllt uns zugleich die Hoffnung: Es ist ein Übergang. Ein Weg in eine andere Welt. Ganz bei Gott. ...

Eine gesegnete Nacht wünscht Ihnen ihr Landesbischof Ralf Meister

### **03.01.2025 – Samstag – Zwischendrin um 16:50 Uhr: Nachfreude**

Vorfreude ist groß. Das haben wir gerade wieder erlebt in den Adventswochen. Die Innenstädte mit den Weihnachtsmärkten, die Kirchen mit wunderbaren Konzerten, die Vorgärten mit zarten Lichtern in den Bäumen. Und zu Hause die Advents-Kalender. Vorfreude ist spannend und ausdauernd. Das Danach verklingt allerdings schnell. Ein deutsches Wort „Nachfreude“ gibt es gar nicht. Schon nach wenigen Tagen liegen die Tannenbäume auf dem Gehsteig, die Lichter sind aus und die Weihnachtsmärkte fort. Warum hält die Erinnerung nicht länger an? Ich glaube, es würde helfen, wenn wir länger die Dankbarkeit pflegen. Für den Advent und Weihnachten, auch für einen gelungenen Jahreswechsel. Also das Geschenk des Schönen bewahren, im Herzen und in Gedanken. So durchschreiten wir leichter, was uns möglicherweise an Schwerem bevorsteht. Wir sollten die Nachfreude in unsere Gedanken und in den Wortschatz aufnehmen.

### **04.01.2025 – Sonntag – Der Sonntag**

Jeden Sonntag das gleiche. Schon für mich als Kind, vor 60 Jahren, hatte dieser Tag einen ganz eigenen Rhythmus. Dass Geschäfte geschlossen waren oder Freizeitparks übervoll, spielte keine Rolle. Wir wären gar nicht auf die Idee gekommen, sonntags einzukaufen. Es war ein Familientag. Nach dem Frühstück ging es mit der ganzen Familie in den Garten, selten mal ein Gottesdienstbesuch, aber immer ein gutes Mittagessen. Am Nachmittag dann der Spaziergang in den Wald oder durch die Heide. Der Sonntag war der „andere“ Tag. Ein Tag der Familie, der Vater zuhause. Ein Tag der Zwanglosigkeit, ohne Gartenarbeit. Ein Tag des Besuchs von Freunden meiner Eltern mit ihren Kindern. Auch wenn sich vieles verändert hat, bis heute ist er es geblieben: Der „Anders-Tag“. Der Sonntag, der Tag des Herrn.

Eine gesegnete Nacht wünscht Ihnen ihr Landesbischof Ralf Meister