

Allgemeine Hinweise

Liebe Innehalten-Gemeinde!

Diese Anrede entspricht unserem Gefühl, das über viele Jahre gemeinsamen Innehalten-Vorbreitens und Innehalten-Feierns immer sonntags im Advent und in der Fastenzeit entstanden ist.

Innehalten in der Gemeinde Sankt Hubertus in Roetgen ist ein Angebot für alle Suchenden und Fragenden, nicht gebunden an eine Liturgie, mit Spielraum für Texte, Gebete, Lieder und gestalterische Elemente.

Wir treffen uns wieder in der Kirche am Sonntag, 14.03. um 19.00 Uhr und freuen uns, wenn Sie/wenn Ihr den Weg zu uns findet.

Wir wollen aber auch weiterhin die Texte auf der Homepage der GdG an der Himmelsleiter einstellen, dann hat jeder die Wahl, Innehalten zu Hause zu feiern oder live bei uns in der Kirche.

Einleitung Spielraum! Sieben Wochen ohne Blockaden – so heißt die diesjährige Fastenaktion der evangelischen Kirche. Wir fühlten uns von diesem Thema sehr angesprochen. Gemeinschaften brauchen Regeln, dennoch gibt es auch immer einen Spielraum. Seit Corona wissen wir alle, wie es sich anfühlt, wenn Spielraum eingengt wird, wenn wir in unserem persönlichen Leben blockiert werden. Wir wollen in den kommenden sieben Wochen gemeinsam erkunden, wo wir uns und andere blockieren, vor welchen Mauern wir oder unsere Mitmenschen manchmal stehen.

Fixieren wir uns auf die Blockaden oder entdecken wir Spielräume?

Am heutigen Sonntag heißt das Thema „Von der Rolle“.

GL 414, 1 u.2 „Herr unser Herr, wie bist Du zugegen...“

https://www.youtube.com/watch?v=Lc9_nzTpKPs

Herr, unser Herr, wie bist du zugegen / und wie unsagbar nah bei uns. / Allzeit bist du um uns in Sorge / in deiner Liebe birgst du uns. 2. Du bist nicht fern, denn die zu dir beten, / wissen, dass du uns nicht verlässt. / Du bist so menschlich in unsrer Mitte, / dass du wohl dieses Lied verstehst.

Einführung: Wer von Ihnen und Euch weiß denn, woher der Begriff „Von der Rolle sein“ kommt? Wir haben ganz klassisch, wie die Kinder das in diesen Tagen seit nunmehr 50 Jahren tun, die Maus gefragt. <https://www.youtube.com/watch?v=ZlApgBrsCYI>

Die Maus sagt: Wenn jemand von der Rolle ist, dann ist er fertig, erschöpft, verwirrt. Die Redewendung kommt aus dem Radsport. Im Radsport gab es die Steherrennen. Die waren früher so beliebt wie heute die Formel 1. Dabei fährt ein Radfahrer im Windschatten eines Motorrads und erreicht Spitzengeschwindigkeiten bis zu 100 km/h. Damit er nicht gegen das Motorrad fährt, ist am Motorrad eine Abstands-Rolle befestigt. Wenn der Radfahrer nicht aufgepasst hat oder zu langsam ist, dann ist er nicht nahe genug an der Rolle und nicht mehr im Windschatten – also „von der Rolle“. Im Radrennsport wurde also die Redewendung erfunden.

Eine andere Deutung ergibt sich aus der Rolle des Theaterschauspielers. Kann er die ihm zuge dachte Rolle nicht spielen, so ist er "von der Rolle".

Hören wir eine Stelle aus der Bibel, wo es auch um eine Rolle, um eine Herausforderung geht:

„Und des HERRN Wort geschah zu mir: Ich kannte dich, ehe ich dich im Mutterleibe bereitete, und sonderte dich aus, ehe du von der Mutter geboren wurdest, und bestellte dich zum Propheten für die Völker. Ich aber sprach: Ach, Herr HERR, ich taue nicht zu predigen; denn ich bin zu jung. Der HERR sprach aber zu mir: Sage nicht: „Ich bin zu jung“, sondern du sollst gehen, wohin ich dich sende, und predigen alles, was ich dir gebiete. Fürchte dich nicht vor ihnen; denn ich bin bei dir und will dich erretten, spricht der HERR.“
Jeremia 1,4–8

Mögen Sie große Herausforderungen? Oder nehmen Sie sich lieber Ziele vor, von denen Sie sicher sind, dass Sie sie bestimmt erreichen können? Gehören Sie zu denen, die gleich „Hier!“ rufen, wenn eine wichtige Aufgabe verteilt wird? Oder können Sie es nicht fassen, wenn Ihnen jemand etwas Großes zutraut? Im Moment wird von uns allen sehr Großes verlangt, und wir können uns nicht aussuchen, ob wir uns den zusätzlichen Aufgaben stellen wollen oder nicht. Corona regiert noch, und unsere gemeinsame große Aufgabe ist noch längst nicht geschafft. Die Pandemie fragt niemanden von uns, ob wir uns der zusätzlichen Herausforderungen und Belastungen gewachsen fühlen.

In dieser Hinsicht ähnelt COVID-19 Gott. Auch Gott fragt uns nicht, ob wir dem Leben wohl gewachsen sind. Er lässt uns einfach geboren werden. Gott fragt nicht, ob wir unser Leben lieber auf „Anfängerlevel“ spielen möchten oder im „Profimodus“. Das musste auch Jeremia erfahren. Im siebten Jahrhundert vor Christus, in einer Zeit relativer Ruhe und Stabilität im Lande Juda, „geschieht“ das Wort Gottes zu ihm. Jeremia stammt aus einem Priestergeschlecht. Für ihn ist Gott sicherlich kein Fremder, aber dass Gottes Wort direkt zu jemandem geschieht, lässt Großes ahnen. Und tatsächlich stellt Gott ihn gleich vor vollendete Tatsachen: Ich kenne dich länger als deine Mutter, und ich habe es längst entschieden: Du bist ein Prophet. Jeremias Entgegnung wirkt seltsam hilflos: „Ich taue nicht zu predigen, ich bin zu jung,“ sagt er.

Was er wohl damit meint? Dass er noch Zeit braucht? Oder dass es ihm an Weisheit mangelt? An Erfahrung? Wer nun erwartet, dass Gott dem armen Jeremia Mut macht, indem er ihn daran erinnert, was er doch schon alles könne, irrt sich. Kein „Ach, komm, stell mal dein Licht nicht unter den Scheffel! Du kannst mehr, als du dir selbst zutraust!“ Nicht mal ein „Du schaffst das schon!“ bekommt Jeremia von Gott zu hören. Stattdessen: „Tu, was ich dir sage!“

Ist Gott also schlicht autoritär? Interessiert sich Gott nicht dafür, was wir können? So einfach ist es nun auch wieder nicht. In dem, was Gott Jeremia dann sagt, stecken gleich zwei Versprechen. Zunächst: „Du sollst predigen, was ich dir sage.“ Mit anderen Worten: „Es kommt nicht auf deine Fähigkeit zu predigen an. Du kannst dich darauf verlassen, dass du meine Worte sagen wirst.“ Und dann: „Fürchte dich nicht vor ihnen; denn ich bin bei dir und will dich erretten.“ Gott weiß sehr wohl, was er Jeremia gerade aufgebürdet hat. Jeremia wird als Prophet Gottes mit vielen mächtigen Leuten in Konflikt geraten. Jeremia wird in Gefahr geraten, aber in der wird er Gott an seiner Seite haben.

Letztlich finde ich diese Aussage Gottes viel hilfreicher, als wenn er Jeremia an dessen Stärken erinnern würde. Denn dann müsste Jeremia immer nur auf sich selbst vertrauen. Er müsste sich immer selbst retten und sich auch noch selbst Vorwürfe machen, wenn er es nicht schafft. So aber handelt Gott eher wie ein guter Trainer, der beim Aufschwung am Reck sagt: „Ich sage dir, wie du es machen musst, damit es klappt. Du musst es selbst schaffen, aber eines verspreche ich dir: Ich bin da und passe auf, dass du nicht herunterfällst.“
(Frank Muchlinsky)

GL 446, 1-4 „Lass uns in Deinem Namen, Herr,...“

https://www.youtube.com/watch?v=2gX_9orxUXk

1. Lass uns in deinem Namen, Herr,
die nötigen Schritte tun.
Gib uns den Mut, voll Glauben, Herr,
heute und morgen zu handeln.

2. Lass uns in deinem Namen, Herr,
die nötigen Schritte tun.
Gib uns den Mut, voll Liebe, Herr,
heute die Wahrheit zu leben.

3. Lass uns in deinem Namen, Herr,
die nötigen Schritte tun.
Gib uns den Mut, voll Hoffnung, Herr,
heute von vorn zu beginnen.

4. Lass uns in deinem Namen, Herr,
die nötigen Schritte tun.
Gib uns den Mut, voll Glauben, Herr,
mit dir zu Menschen zu werden.

(Text und Melodie: Kurt Rommel 1964)

Rollenverständnis als Frage-Antwort-Impuls musikalisch unterlegt:

Wer bist du?

Wir sind die Schauspieler in unserem Stück. Fatalerweise wird uns das oft nicht mal bewusst. Es ist so automatisiert, dass wir uns anpassen, wie ein Chamäleon seine Farbe wechselt. Wer sind wir wirklich? Welche Rolle ist tatsächlich unsere eigene? Wissen wir noch, wie wir eigentlich sind? Gibt es das überhaupt Echt-Sein? Diese viel beschriebene Authentizität?

Wann bist du echt?

Doch es gibt ein Echtfühlen. So würde ich das zumindest beschreiben. Momente in denen man sich ganz in sich zuhause fühlt, entspannt ist in der Gegenwart anderer Menschen, seine mentalen Schutzschilde herunterlässt und nicht jedes Wort abwägt, bevor man es ausspricht.

Es sind diese kostbaren Momente, in denen man still sein kann ohne das Gefühl zu haben, andere unterhalten zu müssen. In denen man sich nichts dergleichen fragt, was mit einer Verpflichtung anderer gegenüber zu tun hat. Im puren Sein. Dort sind wir echt. Diese Momente kann es in jedem Lebensbereich geben. Ob bei der Arbeit, in der Partnerschaft, mit Freunden oder allein mit sich in der Natur. Und wir sollten sie bewusst suchen und sammeln diese Momente.

Anpassen ist teuer

Denn Rollen spielen laugt uns aus. Anpassen ist unfassbar erschöpfend. Es kostet so viel Kraft und wir merken es oft nicht mal, weil es so automatisiert ist.

Wir passen uns an, weil es einfacher zu sein scheint, weil es gewohnt ist, weil wir keinen Unfrieden riskieren wollen, weil wir uns nicht unwohl fühlen möchten, weil wir niemanden

vor den Kopf stoßen wollen, weil wir so erzogen worden sind ... Diese Liste ließe sich endlos fortsetzen.

Die Rollen-Schmieden

Inzwischen kommt es mir oft vor, als ob es kollektive Erwartungen gibt, die wir zu erfüllen haben. Das erste Kollektiv ist dabei die Familie, in der wir schon ganz früh lernen, welche Rollen dort gespielt werden und welche unsere eigene dabei ist.

Die Zeit in der Schule bringt uns bei, welche Rolle wir dort zu spielen haben oder wir erleben uns dabei, dass wir nicht fähig sind, eine Rolle einzunehmen, mit der wir gut über die Runden kommen. Oder vielleicht sind wir auch "gebucht" auf die Rolle des ewigen Verlierers oder Rebellen oder hübsche Prinzessin, hässlicher Schwan...

Und so geht es voran im Leben. Wir setzen oft unsere Kindheitsrollen fort. Stellen sie nicht in Frage, weil wir sie vielleicht auch gar nicht sehen.

Gibt es dich dann noch?

Doch was passiert mit uns, wenn wir unser Leben auf diese Art verbringen? Wenn wir nur Rollen spielen und uns anpassen? Welches Leben leben wir da überhaupt?

Interessanterweise sagen Menschen die in einen Burnout rutschen häufig, dass sie überhaupt nicht mehr wissen, wer sie eigentlich sind. Sie haben sich auf dem Weg verloren. Auf dem Weg es anderen recht zu machen, alle Erwartungen zu erfüllen (die fremden und die eigenen), sich ständig anzupassen an die vermeintlichen Erfordernisse und sich stets selbst gepusht haben um es zu schaffen. Das ist das Gegenteil von Echtsein.

Welche Rollen spielst du?

Auf welche Rolle bist du programmiert? Was spielst du immer wieder im Theater deines Lebens? Mach dir mal darüber Gedanken in einer ruhigen Minute.

Denk über Situationen nach, die du immer wieder erlebst und schau dir von außen an, welche Rolle du dort gewohnt bist zu spielen. Schau wie ein Zuschauer auf dein Stück. Bei welchen Menschen spielst du welche Rollen? Wo passt du dich immer wieder an? Wann passiert das ganz automatisch? Wo entscheidest du dich bewusst?

Die Preisfrage: Wo bist du echt? Was davon bist du wirklich? Wie fühlst du dich in den Situationen? Was erschöpft dich? Was entfernt dich von dir? Was laugt dich aus?

Udo Lindenberg: Ganz anders <https://www.youtube.com/watch?v=4lpKfF6e5a8>

Ja komm, hau, hau rein das Ding

Ohh ja

Ohh ja, ja, Udo ist im Haus

Ohh ja, hör zu

Ich sage

Eigentlich bin ich ganz anders

Ich komm nur viel zu selten dazu

Du machst hier grad mit einem Bekanntschaft

Den ich genauso wenig kenne wie du

Ich hab so viel Termine

In der Disco, vor Gericht und bei der Bank

Da schick ich einfach meine Vize-Egos
Und das wahre ich bleibt lieber im Schrank

Ich bin gar nicht der Typ
Den jeder in mir sieht
Und das werd ich euch bei Zeiten
Auch alles noch beweisen

Eigentlich bin ich ganz anders
Ich komm nur viel zu selten dazu
Du machst hier grad
Mit einem Bekanntschaft
Den ich ganz genauso kenne wie du

Du hast bestimmt n falsches Bild von mir
Sowas wie n echten Kujau
Es tut mir leid, da kann ich nix dafür
Denn mein eigentliches Ich ist im Urlaub

Ich bin gar nicht der Typ
Den jeder in mir sieht
Und das werd ich euch bei Zeiten
Auch alles noch beweisen

Eigentlich bin ich ganz anders
Ich komm nur viel zu selten dazu
Du machst hier grad
Mit einem Bekanntschaft
Den ich ganz genauso kenne wie du

Zum Schluss, da hätt ich noch ne Frage
Wieso packt ihr alles, was ich sage
Immer auf die Goldwaage - Das find' ich voll schade

Ich bin gar nicht der Typ
Den jeder in mir sieht
Und das werd ich euch bei Zeiten
Auch alles noch beweisen

Eigentlich bin ich ganz anders
Ich komm nur viel zu selten dazu
Du machst hier grad
Mit einem Bekanntschaft
Den ich ganz genauso kenne wie du

Eigentlich sind wir ganz anders
Wir komm nur viel zu selten dazu
Du machst hier grad mit Leuten Bekanntschaft
Die wir genauso wenig kennen wie du

Quelle: [Musixmatch](#)

Songwriter: Andreas Herbig / Jan Phillip Eissfeldt / Henrik Menzel
Songtext von Ganz anders © Edition Tonofen

Gebet u. Segen: ...

Wir wollen Gott um seinen Segen bitten...

Dass er bei uns ist und nachsichtig ist, wenn wir mal wieder aus der Rolle fallen

Dass er uns ermutigt, auch mal eine neue Rolle auszuprobieren

Dass er uns tröstet, wenn wir daran scheitern

So segne uns der liebende Gott, der Vater,....

GL 786, 2 und 3 „Gerufen von Dir, Gott, horche ich hin...

<https://www.youtube.com/watch?v=4bodJFUM2Zw>

Gerufen von dir, Gott, horche ich hin,

frage ich staunend, wer ich wohl bin.

Gerufen von dir, Gott, bin ich genannt

Bei meinem Namen in deiner Hand.

Gerufen von dir, Gott, sage ich ja,

mit dir verbunden, so bin ich da.

Gerufen von dir, Gott, wache ich auf,

wage ich tastend den Tageslauf.

Gehalten von dir, Gott, stehe ich fest,

gehe und lebe, weil du mich lässt.

Gehalten von dir, Gott, schlafe ich ein

an jedem Abend, denn ich bin dein.

(Eckart Bücken und Raymund Weber)