

30.10.2014 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS

Ein Beitrag von

Sandra Matz,

PfarrerIn, Evangelisches Gemeindenetz an der Nördlichen Bergstraße, Alsbach

Bin ich echt?

Das gibt es doch: Man sitzt mit einem Bekannten oder einer Freundin zusammen und hat das Gefühl: Der andere redet zwar mit mir- aber der ist grad gar nicht richtig da. Der spielt irgendwie eine Rolle. Ihr Gegenüber sagt zum Beispiel auf die Frage: Wie geht es Dir?.: „Alles wunderbar!“ Aber eigentlich merken Sie: Das stimmt nicht.

Für solch ein Verhalten gibt es ja die unterschiedlichsten Gründe: Vielleicht belastet mein Gegenüber etwas, was er nicht mit mir teilen möchte, weil wir uns nicht gut genug kennen. Oder der Moment ist gerade nicht gut, darüber zu reden. Das kennen wir selber von uns auch. Man will nicht jedem immer alles erzählen.

Schwierig wird es dann, wenn jemand nicht nur allen Menschen um sich herum, sondern auch sich selbst nur noch etwas vorspielt. Wenn es gar keinen Ort gibt, wo man sich traut, das zu sagen, was in einem vorgeht.

Ich habe Friederike danach gefragt. Sie ist SchauspielerIn. Ihr Beruf besteht darin, ständig verschiedene Rollen zu spielen. Sie fragt sich deshalb häufig: „Bin ich jetzt gerade echt?“ Und sie sagt mir: Diese Frage stellt sie sich nicht nur in ihrem Beruf, sondern auch in ihrem Alltag. Denn sie weiß: Nicht nur auf den großen Bühnen übernimmt man eine Rolle. Jede und jeder von uns übernimmt verschiedene Rollen im Alltag. Man ist Ehefrau, Vater, FamilienmanagerIn, Freund, Nachbar, ArbeitskollegIn, Großvater, BeraterIn und vieles mehr. Und da kann es durchaus passieren, dass man irgendwann nur noch die Erwartungen erfüllt, die an die jeweilige Rolle gestellt werden. Und dann gar nicht mehr weiß, was hat das mit mir zu tun. Also: Bin ich echt?

Friederike hat eine gute Antwort gefunden: „Ich bin echt, wenn ich mit meinen Gedanken, meinem Körper und meinem Herzen verbunden bin.“ Das gefällt mir. Und ich will das auch öfters mal auf diese Weise prüfen: Bin ich echt? Bin ich jetzt mit meinen Gedanken, meinem Körper und meinem Herzen verbunden?

Ich habe gemerkt: Es lohnt sich, sich diese Frage hin und wieder zu stellen: Es lohnt sich auch, das Risiko einzugehen, ausgewählten Menschen dieses echte Ich zuzumuten. Auch dann, wenn ich mal nicht so gut drauf und leistungsfähig bin, wie man das von mir erwartet. Aber ich glaube:

Auf Dauer hat man mehr davon. Und echte Freunde halten das aus.