



Wohnzimmerkirche mal angenommen... – überwinden, was blockiert

Wohnzimmerkirche Mai 2026

Vom Hamburger Modell der Wohnzimmerkirche inspiriert, mit Fragomat, Wohnzimmer-Atmosphäre und Popmusik.

Autorinnen: Kristina Lallathin, Kim Thiem und das Team der Wohnzimmerkirche Freiburg

Ablauf und Gebete

Kreativer Einstieg

Vor dem Beginn: Im Kircheneingang blockieren nach dem Windfang Umzugskartons (mit Aufschrift, welche Blockade sie jeweils darstellen) als Mauer gestapelt den Zugang zum Gottesdienstraum. Man muss sie überwinden, um zu den Plätzen zu kommen. Einige Blockaden sind noch zum Beschriften offen (Eddings und Schild zur Erklärung liegen bereit, siehe angehängtes Material).

Begrüßung

Blockaden sind ganz schön lästig. Aber Vielen leider auch sehr vertraut. Willkommen in der Wohnzimmerkirche. Hier, in guter Gesellschaft und in Gegenwart von Gott ist Zeit und Raum für die großen und kleinen Fragen des Lebens. Heute geht es eben um „Blockaden“. Und weil man Blockaden oftmals leider nicht „wegignorieren“ kann, holen wir uns die Blockaden erstmal buchstäblich in unsere Mitte. Steht bitte nochmal auf und holt die Blockaden her – stapelt sie als Mauer hier vorn. Hast du schon eine Blockade gesehen, die dir besonders vertraut ist? Es dürften auch noch einige Aufschriften auf den Blockade-Kisten frei sein, auf die du deine eigenen Blockaden schreiben kannst.

Lied: Meine engen Grenzen, NL 178

(Text und Musik: Eugen Eckert / Winfried Heurich)

Gebet

Gott,
wir sind hier –
mit dem, was uns bewegt
und mit dem, was uns blockiert.

Manches in uns treibt uns voran.
Anderes hält uns zurück.

Gedanken, die sich im Kreis drehen.

Ängste, die uns bremsen.

Mal angenommen, du nimmst uns an – so wie wir sind.

Nicht erst, wenn wir weiter sind.

Nicht erst, wenn wir es überwunden haben.

Sondern mit allen Zweifeln und Sorgen.

Schenke uns heute einen Raum,

in dem wir ehrlich sein dürfen.

Einen Raum, in dem Fragen Platz haben.

Einen Raum, in dem Neues gedacht werden kann.

Gib uns Mut,

hinzuschauen, wo wir uns selbst im Weg stehen.

Und Vertrauen,

dass Blockaden nicht das letzte Wort haben.

Sei du jetzt da

in unseren Gesprächen,

in unserem Hören,

in dem, was sich langsam zeigt.

Amen.

Lied: Du bist mein Zufluchtsort / you are my hiding place, NL 123.

(Text und Musik: Michael Ledner, deutsch: Gitta Leuschner)

Biblischer Impuls: Heilung eines Gelähmten

Perspektive/Sprecher*in 1: Einer der Freunde – Widerstand gegen äußere und innere Blockaden

„Ich war wütend.

Nicht nur ein bisschen. So richtig.

Wir tragen ihn durch die Straßen, vorsichtig, Schritt für Schritt. Jeder von uns spürt das Gewicht – nicht nur seines Körpers. Auch das, was ihn schon so lange festhält. Und dann stehen wir da vor diesem Haus. Jesus ist drin. Hoffnung ist zum Greifen nah. Und wir kommen nicht rein.

Menschen überall. Dicht gedrängt. Keiner weicht zurück. Keiner schaut richtig hin.

Ich war so wütend. Genau das ist das Problem. Wir stehen einander im Weg. Jeder ist mit sich beschäftigt. Jeder beansprucht den eigenen Platz, die eigene Sicht. Die eigenen Sorgen sind immer die Schlimmsten. Und wenn einer dazwischen ist, der Hilfe braucht – bekommt er keinen Raum.

Und dann habe ich noch eine andere Blockade realisiert. Wenn wir jetzt aufgeben, gewinnen die Blockaden da draußen. Die Blockade, die in mir sitzt, die muss ich als erstes überwinden. Die, die sagt: „Es hat doch keinen Sinn. Geh wieder.“

Dagegen habe ich mich gewehrt.

Wir vier haben es alle getan.

Wir sind hoch aufs Dach gestiegen. Gegen alle Vernunft. Haben es aufgebrochen, Stein für Stein. Es war nicht schön. Es war bestimmt nicht ordentlich. Aber es war der einzige Weg.

Und dann war es soweit.

Wir lassen ihn hinunter. Und alles wird still.

In diesen dunklen Raum unten, wo all die Menschen mit ihren ganzen verschiedenen Sorgen waren, fiel plötzlich ein Licht von oben.

Und auf einmal geht es doch.

Plötzlich richtet sich mein Freund auf.

Seitdem weiß ich:

Manchmal muss man durchbrechen, was sich festgesetzt hat – sowohl da draußen als auch in sich selbst. Sonst bleibt alles, wie es ist.

Perspektive 2: Der Hausherr – Die Blockade des eigenen Anspruchs

Ich hatte mir das anders vorgestellt.

Ich hatte alles im Griff. Mein Haus, mein Leben, diesen Besuch. Ich dachte: Wenn ich alles gut vorbereite, wenn ich alles richtig mache, dann wird es sich auszahlen. Dann wird dieser Jesus auch mir begegnen.

Aber dann wird es voll. Zu voll.

Die Menschen drängen sich hinein, nehmen Platz, füllen den Raum. Und ich? Ich verschwinde irgendwo dazwischen. In meinem eigenen Haus.

Ich war so verzweifelt, als ich merkte: Ich komme nicht zu ihm durch.

Nicht nur, weil andere mich aufhalten – sondern weil ich innerlich feststecke. In meinen Erwartungen. In dem Gedanken: Ich müsste doch jetzt dran sein. Wer, wenn nicht ich? Ich habe doch alles richtig gemacht.

Und dann bricht auch noch plötzlich mein Dach auf.

Ein Geräusch, das ich nie vergessen werde. Erst ein leises Scharren, dann unüberhörbar. Ganze Lehmbrocken fielen Meter herab. Mein erster Impuls: Das darf nicht sein. Das ist mein Haus. Das habe ich aufgebaut. Wer wagt es mein Haus zu zerstören?

Aber während ich noch innerlich festhalte, was mir gehört, passiert schon etwas anderes: Das Licht fällt hinein. Und mit ihm ein Mensch. Hilflos, getragen, völlig angewiesen auf andere.

Und Jesus sieht ihn. Sofort.

Kein Abwägen. Kein „Du bist jetzt dran“ oder „Er zuerst“.
Er wendet sich ihm einfach zu.

Und ich stehe da – und begreife langsam:
Vielleicht war nicht das Haus das Problem. Sondern dass ich keinen Raum mehr hatte.
Alles war so angefüllt mit dem, was ich wollte, erwartete, plante.

Und dann wurde alles durcheinandergebracht. Für mich hat niemand etwas getan. Und doch hat es verändert, wie ich auf die Dinge schaue.

Perspektive 3: Der Geheilte – Befreit von inneren und äußeren Blockaden

Ich war gewohnt, liegen zu bleiben.
Nicht nur mein Körper war steif. Mein Mindset war es mit der Zeit auch geworden.

Es gibt irgendwann diesen Punkt, an dem man aufhört zu erwarten, dass sich etwas verändert. Man richtet sich ein in dem, was nicht geht. In den Grenzen. In den Blicken der anderen.

Doch da waren da meine Freunde.
Sie haben das nicht akzeptiert. Sie haben mich nicht aufgegeben. Auch dann nicht, als der Weg versperrt war.

Ich hätte wahrscheinlich längst umgedreht.
Sie aber nicht.
Sie haben mich getragen – über Treppen und Barrieren, höher, um Ecken herum.
Dorthin, wo ich selbst nie hingekommen wäre.

Und dann liege ich plötzlich vor ihm.
Vor Jesus. Mit allem, was nicht geht. Mit allem, was mich blockiert.
Ich hatte rein gar nichts zu bieten. Keine Leistung, kein „*Ich* habe es geschafft“.
Ich war einfach nur da vor ihm.

Jesus hat sich mir zugewendet.
Er spricht. Und es ist, als würde sich ein Knoten lösen. Einer, von dem ich gar nicht wusste, wie fest er sitzt.

Nicht nur in meinen Beinen.
In mir. Ich stehe auf.
Und plötzlich ist da mehr möglich, als ich je gedacht hätte.

Ich kann nicht erklären, wie das geht. Aber ich habe es erlebt:
In seiner Gegenwart verlieren Blockaden ihre Macht. Auch die, die wir längst für unveränderlich gehalten haben.

Ich wurde getragen, als ich selbst nicht gehen konnte.
Ich wurde gesehen, obwohl ich mich selbst kaum noch gesehen habe.

Und jetzt: kann ich gehen.

Lied: LEA: Wenn du mich lässt (Refrain zum Mitsingen)

(Text und Musik: Lea-Marie Becker, Robin Haefs, Konstantin Scherer, Julian Schmit, Wim Treuner)

Fragomatzeit mit den folgenden Fragen:

Flucht oder Kampf?

Verkopft oder einfach machen?

Welche Blockaden halten dich ab, Gott zu vertrauen?

Wer hilft dir, Blockaden zu überwinden?

Welche Wände hast du schon eingeschlagen?

Was sind deine engen Grenzen?

Welches Werkzeug brauche ich?

Stück für Stück oder Durchbruch?

Was ist dein Licht am Ende des Tunnels?

Was hat dich diese Woche blockiert?

Festhalten oder loslassen?

Was wäre, wenn du wüsstest, alles wird gut?

Was wäre, wenn alles leichter würde?

Was wäre, wenn die Mauer nur aus Papier wäre?

Welche Blockade könnte hilfreich sein?

Welche Blockade hat dir schon mal geholfen, weil sie dich auf einen segensreichen Umweg geschickt hat?

Was wäre, wenn du die Mauer nicht allein überwinden musst?

Wie kannst du liebevoll mit deinen Blockaden umgehen?

Wo blockiere ich mich selbst und wo werde ich von anderen blockiert?

Wo brauche ich schützende Mauern, damit es mir gut geht?

Was hilft dir, Gott zu vertrauen?

Was blockiert dich, Gott zu vertrauen?

Hast du schon mal die Erfahrung gemacht, dass Gott sich dir zugewandt hat?

Was ist passiert, als du dich getraut hast, deine Blockade zu überwinden?

Mal angenommen, es gäbe keine Blockaden in deinem Leben?

Lied: Thy word is a lamp

(Text und Musik: Amy Grant, Michael W. Smith)

Fürbitten mit Kerzen entzünden und Liedruf

Liedruf: „We shall overcome“ (amerikanischer Protestsong / traditional)

Wir wollen jetzt miteinander, füreinander und für diese Welt beten.

Wir beginnen gemeinsam. Und dann haben alle die Möglichkeit, eine Kerze an der Osterkerze anzuzünden und schwimmen zu lassen. Dazu singen wir: „We shall overcome.“ *[singen]*

Gott, mit dir überwinden wir, was uns blockiert. Du nimmst uns an, auch wenn es uns selbst schwerfällt, uns anzunehmen wie wir sind.

Manches blockiert uns, ohne dass es jemand sieht.

Unsere Mauern sind nicht so aufgestapelt, wie wir es heute Abend bewusst in deiner Gegenwart getan haben.

Manches reden wir uns klein, obwohl es uns groß belastet.

Wir bitten dich:

Löse, was uns innerlich blockiert.

Schenke uns Mut, den nächsten kleinen Schritt zu gehen.

[singen: We shall overcome]

Gott,

wir denken an die Orte, an denen Menschen einander im Weg stehen:
in Familien, in Freundschaften, in unserer Gemeinde.

Wo Worte fehlen oder verletzen,
wo Stolz größer ist als die Bereitschaft zur Versöhnung,
wo alte Verletzungen neue Begegnungen verhindern.

Wir bitten dich:

durchbrich, was sich verhärtet hat.

Schenke uns offene Herzen und den ersten Schritt aufeinander zu.

[singen: We shall overcome]

Gott,

wir sehen die großen Blockaden unserer Zeit:
Krieg und Gewalt, Ungerechtigkeit und Armut,
Angst vor dem Fremden, das Festhalten an Macht.

Wir erleben, wie Perspektiven sich verhärten
und wie schwer es ist, einander wirklich zuzuhören.

Wir bitten dich:

öffne Wege zum Frieden.

Bewege Herzen, wo Fronten unüberwindbar scheinen.
Lass Menschen den Mut finden, Brücken zu bauen.

[singen: We shall overcome]

Daran anschließend: Hoffungslichter entzünden [dazu Instrumentalmusik]:

Gott, dir legen wir ans Herz, wo die Welt blockiert ist.
Wo Annahme unter den Menschen fehlt und Frieden keinen Weg findet.

Ich zünde mein Licht heute an für...

[Im Anschluss Sngen: We shall overcome]

Segenslied: Fix you

Segen (der Segen wird auf das Klaviervorspiel gesprochen):

Gott segne dich mit dem, was dich hemmt,
und mit dem, was du überwindest.

Du bist angenommen –

nicht erst, wenn alles stimmt. Sondern jetzt und hier.

Gott schenke dir Mut,
dir nicht selbst im Weg zu stehen,
sondern dich bewegen zu lassen.

So geh – frei und gesegnet.

Amen.

Freie Zeit, Abschluss mit Abendliedern

Idee/Autor:innen: Kristina Lallathin, Kim Dilay Thiem & Team der Wohnzimmerkirche Freiburg