

„Einsamkeit“

Gnade sei mit mit Euch und Friede von dem der da ist, der da war und er da kommt. Amen

1.

Vor vielen Jahren war ich ein paar Tage bei einem Maler in Italien zu Besuch. Am zweiten Tag besuchte ich ihn in seinem Atelier, setzte mich in eine Ecke und sah ihm beim malen zu. Als eine von den paar Platten, die er immer nebenbei hörte, durchgelaufen war und nur noch ein Schaben und Knacken zu hören war, drehte ich die Platte um. Geredet haben wir die ganze Zeit nichts. So verbrachten wir ein paar Stunden miteinander.

Am nächsten Morgen, nach dem typisch italienischen Nur-Kaffee-Frühstück, fragte er „Und? Malen wir heute wieder miteinander?“

Nach ein paar Tagen reiste ich weiter. Beim Verabschieden fragte die Frau meines Freundes „Weißt du eigentlich, dass er sonst normalerweise niemanden bei sich im Atelier duldet, wenn er am Malen ist?“

Das wusste ich nicht. Offenbar waren ihm diese einsamen Stunden, in denen er sich ganz auf das konzentrierte, was auf seiner Staffelei entstand, etwas wertvolles, geheiligtes. Und erst da habe ich begriffen, was für ein Geschenk das war, dass er mich da mit hineingenommen hat.

Eine wertvolle Erinnerung an einen schon lange verstorbenen Freund.

Im Neuen Testament wird immer wieder davon berichtet, dass sich Jesus in die Wüste oder an irgendeinen abgelegenen Ort zurückgezogen hat, wenn ihm der ganze Trubel mal wieder zu viel war. Er brauchte dieses Alleinsein. Zum Auftanken. Um wieder zu sich selbst zu finden. Zum Beten. Und erst recht vor seinem schwersten Weg, so wie wir es gerade in der Lesung gehört haben.

Diese Art von Einsamkeit ist etwas kostbares. Etwas geheiligtes.

Und es gibt gar nicht so wenige Menschen, die schon lange spüren und wissen, wie wichtig ihnen dieses Alleinsein ist.

Manche anderen wurden im Lockdown in der Coronazeit ganz hart aus ihrer dauernden Geschäftigkeit herausgerissen, waren mit einem mal mit sich alleine und mussten damit zurechtkommen.

Und ich war immer wieder erstaunt, wenn hinterher, als man sich wieder traf, jemand erzählte, wie er , nachdem er sich in dieser Zwangslage erstmal zu-
rechtgefunden hatte, dann plötzlich wieder an jemanden gedacht hat, die er
schon lange vergessen glaubte. Da wurden vergilbte Fotos angeschaut, Briefe
geschrieben an alte Freundinnen und Freunde, die im Rauschen des Alltags un-
tergegangen waren.

So eine erzwungene Entschleunigung hatte manchmal ihr Gutes.

Und manche konnten sich in dieser Zeit, wo sie auf sich selbst zurückgeworfen
waren, anfangen sich zu versöhnen – mit ihrem Leben, mit ihrer Biographie,
mit ihrer Familie, mit Gott. Es war Zeit da dafür. Es gab nichts besseres zu tun.
Auch die uralte Erfahrung der Mystiker kann nur in einer stillen Zeit reifen, und
sei's in einer erzwungenen stillen Zeit: dass Alleinsein gar nicht die böse Ein-
samkeit bedeuten muss, sondern, dass sich ungeahnte Kräfte im Inneren öff-
nen, wenn ich nicht nach außen höre, sondern auf mich selbst lausche, nach In-
nen und in Zwiesprache trete mit meiner Seele.

Du, meine Seele singe! Da spricht einer mit seiner Seele. Die Seele, das ist der
Ort der Begegnung mit Gott. Die Seele, das ist der Ort, an dem sich die inneren
Stimmen begegnen.

Oder wie es im Psalm 18 heißt:

Ich rufe an den HERRN, den Hochgelobten,

so bin ich in Sicherheit vor meinen Feinden.

Stricke, die den Tod bringen haben mich umschlungen.

und die Fluten des Verderbens erschreckten mich.

Mit Stricken der Unterwelt war ich gefesselt.

In Fangnetze des Todes war ich geraten.

7In meiner höchsten Not rief ich den Herrn.

Ja, ich schrie um Hilfe zu meinem Gott.

Er hörte mein Rufen ...

...

7Aus der Höhe streckte er mir die Hand entgegen.

Er packte mich und zog mich aus den Fluten.

Was passiert da?

So ein Gebet ist eigentlich immer ein vielstimmiges Erlebnis: Ich werde daran erinnert, wie ich mich aufgehoben und gerettet gefühlt habe, ich klage Gott meine Einsamkeit und meine Verzweiflung, ich bitte Gott um Zukunft. Es ist als ob mein Selbstgespräch oder sagen wir lieber Zwiegespräch sich zum Himmel hin öffnet. Innere Stimmen werden laut, ich weiß nicht, woher sie kommen. Aber sie sind da. Sie erinnern mich, ermahnen mich, ermutigen mich. Ist es meine eigene Stimme? Mischt sich der Text des Psalms mitten hinein, spricht der Gebetstext zu mir oder spricht ein anderer durch diesen Text? Ein Selbstgespräch mit Gott lässt viele Stimmen laut werden. Darunter tönt leise Gott. Und diese - jede leise Stimme braucht den Rückzug, das Alleinsein damit. Nur so kann ich mich darauf einlassen.

2

Aber es soll in diesem Gottesdienst um Einsamkeit gehen.

Und da wäre es einfach nur zynisch, nur über diese eine Seite zu reden, auf der Menschen im Alleinsein zu sich finden. Denn für so manche Menschen unter uns waren eben diese Zeiten eine Qual.

Isoliert im Krankenbett - nur das Beatmungsgerät zischt, das muss eine abgründige Einsamkeit sein. Im Pflegebett - und keiner darf hereinkommen, außer der verummten Pflegerin. Ihr Lächeln unter dem Mundschutz verborgen. Berührungen mit Latexhandschuhen. Das ist grausam - wenn man sich nach Umarmungen sehnt, nach Lippen und Wangen. Nach Streicheleinheiten.

Viele Menschen haben in diesen Monaten das Leben als einen großen Schmerz erlebt. Mutterseelenallein in den vier Wänden. Und von dort draußen, wo vormals die Liebe durch die Türe hereinkam und das Lachen, die Unterhaltung und das Miteinander - von dort draußen droht mit einem Mal nur noch Gefahr.

Für viele war Einsamkeit die böseste Erfahrung dieser Zeit.

Viele andere erleben dieses Isoliert sein nicht erst im Lockdown während der Pandemie.

Der Landtag im Nordrhein-Westfalen hat in der letzten Legislaturperiode eine Enquetekommission zum Thema Einsamkeit in NRW eingesetzt. Im letzten Jahr

hat sie ihren Abschlussbericht vorgelegt. Dort wurde festgehalten, dass 14,5 Prozent der Menschen in NRW unter Einsamkeit leiden. Frauen sind davon etwas mehr betroffen als Männer. Besonders betroffen sind Ältere, Erwerbslose, Menschen mit Migrationshintergrund, aber seit der Corona-Pandemie auch immer mehr Kinder und Jugendliche. Auch Menschen mit geringen Einkommen und Alleinerziehende sind in jeder Altersgruppe stark gefährdet, in die soziale Isolation zu geraten.

Soziale Isolation. Das heißt ich habe keinen Menschen. Und die, die eigentlich um mich herum sind, zu denen habe ich keinen Kontakt. Solche Menschen haben vielleicht 2,3, 4 Begegnungen im Monat und da sind die zufälligen an der Kasse oder beim Friseur schon eingerechnet.

„Ich habe keinen Menschen mehr“. Da spricht Enttäuschung heraus, Resignation auch. Auch die Unfähigkeit, das zu überwinden, herauszukommen aus dem Abseits.

Begleitend zu der Arbeit der Enquetekommission in NRW hat die Universität Bonn sehr breit untersucht, was Vereinsamte unternehmen, um auf dieser Lage heraus zu kommen und was sie immer wieder daran hindert. Als ganz typisch wurde festgestellt, dass alle Versuche im Erleben und in der Vorstellung der Betroffenen eigentlich immer schon von vorn herein schon derart schwarz-grau eingefärbt sind, dass es praktisch unmöglich ist, dass daraus mal etwas werden könnte, dass mal ein unbefangenes Gespräch, ein lockerer Kontakt entstehen könnte. Ein Vereinsamter kann sich einfach nicht vorstellen, dass an ihm jemand Interesse haben könnte. Und ergibt sich dann doch einmal eine Begegnung, dann kann er ihr nicht trauen oder er – sie natürlich genau so - überfrachtet diesen kleinen Spalt, der sich da gerade auftut, derart mit Erwartungen, dass das recht bald wieder im Sande verlaufen wird. Und wieder wird bestätigt: „Für mich interessiert sich keiner. Ich habe keinen Menschen.“

Es ist natürlich kein Zufall, dass die Politik auf die zunehmende Vereinsamung so vieler aufmerksam wird. In Großbritannien hat man schon viel früher gemerkt, dass die Politik nach dem Prinzip „Jeder ist sich selbst der Nächste“ der Thatcherjahre und von New Labour seinen Preis hat. Die Schere zwischen arm und reich ging in den letzten Jahrzehnten gewaltig auseinander. Das Heer der Abgehängten, der Überflüssigen wuchs. Und die Einsamkeit vieler. Die Politik tut deshalb nun gut daran, zu untersuchen, welche strukturellen Maßnahmen ge-

treffen werden müssen und welche politischen Voraussetzungen zu schaffen sind, um dieser massenhaften Vereinsamung entgegen zu wirken. Dazu ist es höchste Zeit.

Für den einzelnen. Für die, die davon betroffen ist fühlt sich Einsamkeit genauso an, wie das schon seit Jahrtausenden beschrieben wird: Der Einsame erlebt sich immer schon in ganz gleicher Weise als unfähig, als abhängig und als hilflos .

Im Johannesevangelium heißt es im 5. Kapitel:

„2 Beim Schaftor in Jerusalem gibt es einen Teich mit fünf Säulenhallen. Auf Hebräisch wird dieser Ort Betesda genannt.³ In den Hallen lagen viele Kranke, Blinde, Gelähmte und Menschen mit verkrüppelten Gliedern.[...] 4[...]5 Dort war auch ein Mann, der seit 38 Jahren krank war. 6 Jesus sah ihn dort liegen und erkannte, dass er schon lange krank war. Da fragte er ihn: »Willst du gesund werden?«⁷ Der Kranke antwortete: »Herr, ich habe keinen, der mich in den Teich bringt,

Seit 38 Jahren hat er keinen. Keinen der mal nach ihm fragt, mal reinschaut, kein Anruf, keine WhatsApp-Nachricht.

„Gott der Herr sprach: »Es ist nicht gut, dass der Mensch allein ist.“ (Genesis 2, 18). So steht es ganz am Anfang der Bibel.

Jeder hat in sich eine Lücke, die er nicht alleine füllen kann. Jede braucht den Austausch, das Mit- Teilen. Jeder, jede braucht auch andere, an denen sie sich reiben kann, die ihr widersprechen. Und mit denen er dann Auseinandersetzungen auch wieder beilegen kann.

Keiner kann alleine feiern. Niemand kommt gut ohne ein Netz von Mitmenschen zurecht.

Ein letzter Gedanke:

Vor nicht allzu langer Zeit erzählte mir ein katholischer Priester, dass ihm fromme Formeln zunehmend schwer fallen. Er sagte „ Es gibt doch immer wieder so viele Situationen im Leben, wo man wirklich nichts von Gott spürt. Wenn ich bei einem Sterbenskranken am Bett stehe, dem klar ist dass das nichts mehr

werden wird mit ihm, dann kommt mir das so abgedroschen vor, wenn ich dem jetzt sage ‚Gott ist da‘. Gottes Nähe spürt man doch oft doch vor allem über menschliche Nähe, darüber, dass einer wirklich Anteil nimmt, darüber, dass ich jetzt ganz da bin für den, der da vor mir liegt.“

Die Vereinsamung nimmt zu in unsrer Zeit. Merken wir in unseren Gemeinden etwas davon? D.h. Wollen wir etwas davon bemerken? Alleinleben heißt nicht automatisch einsam sein. Aber wissen wir überhaupt wer in unsren Gemeinden alleine lebt? Gibt es Kreise, Gruppen, Orte, Begegnungsmöglichkeiten für Alleinlebende in unseren Gemeinden? Besuchen wir einander? Oder halten wir lieber die Überzeugung hoch, dass doch „jeder am liebsten seine Ruhe haben will“ und verstecken uns hinter der Angst, dem anderen lästig zu sein?

Jesus erkannte, dass der Mann schon lange allein war. Da fragte er ihn: Willst du Anschluss?

Einfach ist das aber nicht. Wenn eine Krankheit einmal chronisch geworden ist, dann wird man die kaum noch los. So ist es auch bei chronisch einsamen. Das müssen all die wissen, die helfen wollen, dass jemand seine Einsamkeit überwindet. Das geht nur mit deutlichen, klaren Angeboten, mit viel Geduld und mit einem langen Atem.

„Was mich betrifft“ so heißt diese Predigtreihe in unseren fränkischen Reformierten Gemeinden in der Vorpensionszeit und in der Passionszeit. Das ist die erste große Besinnungszeit im Jahr. Eine gute Zeit, miteinander zu überlegen, was betrifft mich denn wirklich? Was geht mich denn etwas an?

Und was betrifft einen denn mehr, als einsam zu sein?

Und der Friede Gottes, der höher ist als unsere Vernunft, der halte unseren Verstand wach und unsere Hoffnung groß und stärke unsere Lieb