

Sommerkirche St. Hedwig,
Leeden, am 14.07.2019



Einleitung

Die Sommerkirche folgt in diesem Jahr thematisch unserem Jahresmotto: EINSAMKEIT.

Einsamkeit: ein für mich zunächst zumindest „sperriges“ Thema. Ende letzten Jahres, als ich von diesem Motto gehört habe, auch bei der Vorbereitung auf die Sommerkirche. Sommerferien – die „schönste Zeit des Jahres“, gemeinsamer Familienurlaub – und dann das Thema „Einsamkeit“?

Ich habe vor einigen Wochen in der Tageszeitung einen Bericht über eine Studie einer Krankenversicherung (DAK) gelesen, in der es um die Nutzung der modernen Medien und deren Auswirkungen ging. Wir Deutschen verbringen täglich im Schnitt über 2 Stunden mit Kommunikationsmedien¹; bei Jugendlichen² sind es für die Nutzung Sozialer Medien durchschnittlich 2,5 Stunden: für Nachrichten schreiben und lesen, Videos bei youtube anschauen, ...

Wir sind immer erreichbar, in Kontakt mit anderen Menschen, so viel, wie vermutlich nie zuvor. Aber heißt das, dass wir dadurch weniger einsam sind? Sind wir in dieser „Internet-Welt“ tatsächlich in Beziehung, im Austausch miteinander? Können wir so Wertschätzung und Anerkennung erhalten/geben? Gelingen so tragfähige/nachhaltige Beziehungen/Freundschaften?

In dem Bericht wurde dann die Drogenbeauftragte der Bundesregierung zitiert: „Wer nur im Netz Kontakte hat, der dürfte im realen Leben ziemlich einsam sein.“

Vielleicht müssen wir es wieder stärker lernen, uns in der echten Welt zu bewegen: achtsam sein, aufmerksam zuhören, Dinge reflektieren, sich Zeit nehmen für ein Gespräch, den anderen mit Wertschätzung begegnen um Beziehungen aufzubauen, die länger nachwirken und Bestand haben als ein Chatverlauf der letzten Tage.

¹ Ab 14 Jahren, 127 min, z. B. E-Mail, Telefon, Messengerdienste, Quelle: de.statista.com

² 12 – 17 Jahre

Beziehungen aufbauen zu den Menschen, aber für uns Christen in besonderer Weise auch in Beziehung treten zu Gott, wozu er uns auch im Gottesdienst immer wieder und auch heute einlädt.



Ansprache

Einsamkeit: Kein neues Phänomen unserer Zeit. Wir haben gerade verschiedene Verse/Zitate aus der Bibel, aus dem Alten Testament gehört: im Wesentlichen Klagelieder, in denen - vor dem Hintergrund der Zerstörung Jerusalems durch die Babylonier 587 v. Chr. (*Kla, Jer*) das Leid beklagt und die Not des Einzelnen bzw. des Volkes Gottes beschrieben wird.

Wie bei den Menschen damals vor über 2.500 Jahren ist Einsamkeit ist auch bei uns ein generelles gesellschaftliches Thema, wie ich auch vor einigen Wochen in einem Bericht in „Die Zeit“³ gelesen habe:

- 42% der Deutschen wohnen in einem Einpersonenhaushalt
- zwischen 10 und 15 % der Deutschen leiden zeitweise unter Einsamkeit
- Untersuchungen haben gezeigt, dass Einsamkeit Auftreten und Verlauf von Krankheiten ungünstig beeinflussen und sogar die Lebenserwartung reduzieren kann
- Nach einem Vorbild aus England wurde in Berlin eine Gesprächshotline „Silbernetz“ gegründet; deren Mitarbeiter nehmen Gespräche von Menschen entgegen, die jemanden zum Zuhören brauchen, den sie sonst nicht haben

Einsamkeit ist dabei für mich in einer Familie mit meiner Frau und den Kindern, den Nachbarn, im Beruf mit vielen Kollegen, zunächst kein großes Thema. Und dennoch begegnet mir – wenn ich genauer hinschaue – EINSAMKEIT – mir persönlich oder in meinem Umfeld – in vielen, in der Regel unfreiwilligen Ausprägungen:

³ „Gegen die Einsamkeit“, Die Zeit vom 04. April 2019

- Überforderung im Beruf, Mobbing
- Arbeitsunfähigkeit, Arbeitslosigkeit
- schwierige Situationen bei der Kindererziehung
- Krisen in der Partnerschaft, gescheiterte Beziehungen
- Konfrontation mit unheilbaren Krankheiten, niederschmetternden ärztlichen Diagnosen
- Verlust eines Partners/Kindes/lieben Menschen aus der Familie

Auch Kinder kommen schon früh mit Einsamkeit in Berührung, wenn sie z. B. bei einem Spiel nicht mitmachen dürfen, zu einem Geburtstag nicht eingeladen werden.

Solche Situationen fordern uns vielfältig heraus, machen uns Angst, führen zu Traurigkeit, ein Gefühl der Ohnmacht, konfrontieren uns mit der Frage nach dem Sinn des Lebens.

Um dann nicht zu vereinsamen, bedarf es Mut und Kraft für den Schritt aus der Einsamkeit, auf andere zu: das Gespräch mit vertrauten Menschen, Freunden, Kollegen suchen; Beratungsangebote nutzen; sich aufraffen, auch alleine loszugehen, sich Gruppen/Vereinen anschließen, ...

Und es braucht die Aufmerksamkeit, den Blick des anderen: Menschen in ihrer Einsamkeit wahrnehmen, auf sie zugehen: ein Anruf, ein Besuch, eine Einladung oder Ermutigung, (gemeinsam) etwas zu unternehmen...

Dabei kann auch die Gemeinde mit ihren vielen Angeboten ein Stück Gemeinschaft – auch gegen das Allein-Sein – bieten, auch im Sonntagsgottesdienst oder wie heute hier in größerer Runde über die Gemeindegrenzen hinweg bei der Sommerkirche. Und dies kann auch ein Ort sein, wo mir die Gemeinschaft mit Gott erfahrbar wird.

Dies führt mich zu einem weiteren Blick auf die Einsamkeit: Die Einsamkeit vor Gott.

Jesus spricht auf der einen Seite von der Nähe Gottes in der Gemeinschaft: „Denn wo zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind, da bin ich mitten unter ihnen.“ (Mt. 18, 20) Andererseits hat Jesus aber auch, um Gott nahe zu sein, immer wieder die Stille, die Einsamkeit gesucht: Er ist auf einen Berg gestiegen, an einsame Orte gegangen, um zu beten. Zu Beginn seines öffentlichen Wirkens zog er sich in die Wüste zurück.

Eine besondere Form des Gebets, des „Sich-Zurückziehens“, des Allein-Seins vor Gott, die ich kennengelernt habe, ist dabei das kontemplative (Herzens-)Gebet, eine Meditationsübung, wo es in erste Linie um Sammlung und Achtsamkeit geht.

- Eine Zeit der Stille vor Gott, in der ich ruhig werde, wo auch meine Gedanken ruhig werden sollen.
- Eine Gebetsform, die helfen soll, ganz im Hier und Jetzt zu sein, um Gott wahrnehmen zu können, meine Beziehung zu Gott, und Gott in mir spüren zu können

Gott in mir und in allen Dingen wahrnehmen: in den Mitmenschen, in der Natur, in unserem Leben – davon hat z. B. der Jesuitenpater Alfred Delp 1944 in einem Gefängnis in Berlin in seiner Zelle geschrieben, einige Wochen bevor das Urteil des NS-Herrschaft zum Tod durch den Strang vollstreckt wurde:

„Das eine ist mir so klar und spürbar wie selten:

Die Welt ist Gottes so voll.

Aus allen Poren der Dinge quillt er gleichsam uns entgegen.

Wir aber sind oft blind.

*Wir bleiben in den schönen und bösen Stunden hängen
und erleben sie nicht durch bis an den Brunnenpunkt,
an dem sie aus Gott herausströmen.
Das gilt für alles Schöne und auch für das Elend.
In allem will Gott Begegnung feiern
und fragt und will die anbetende, hingebende Antwort.“*

Zugegeben, sehr fundamental und groß, vielleicht überfordernd; unbegreiflich, wie ein Mensch angesichts des Todes so etwas empfinden/glauben kann.

Aber auch im Kleinen kann die Grundhaltung einer solchen Spiritualität, diese Atempausen, das Allein-Sein-vor-Gott, mir helfen,

- den Alltag mit seinen Sorgen und Anforderungen ein Stück loszulassen, Gott hinzuhalten
- und vielleicht gelingt es dann auch, der Gegenwart Gottes in uns und Allem ein Stück weit nahe zu kommen

Und diese Zeiten der Ruhe können etwas in mir bewirken:

- mich selbst (besser) wahrnehmen
- meinen eigenen Bedürfnissen nachspüren: was brauche ich für mich (und was nicht)
- wach(er), aufmerksamer, offener werden für die Situation der Menschen, die mir begegnen
- und dies kann dabei helfen, tatsächlich aktiv werden zu können: eine Veränderung in meinen Gewohnheiten, ein Schritt auf den Nächsten zu, ein (regelmäßiges) Gebet

Nochmal zurück zur Einsamkeit, die heute viele Menschen und manchmal auch mich belastet. Hat Gott selbst eine Antwort auf meine Einsamkeit? Kann er mir in meinen Einsamkeiten begegnen, mich stützen, wenn ich mich allein und hilflos fühle?

- Auf die Frage von Mose, wie er denn heiße, antwortet Gott: Ich bin der Ich bin, der ich-bin-da-für-euch.
- In den Psalmen wird über die Größe Gottes u. a. geschrieben: „Auch wenn ich geh im finsternen Tal, ich fürchte kein Unheil; denn du bist bei mir“ (Ps 23, 4)
- Von Jesus wird immer wieder berichtet, dass er besonders die Einsamen, Ausgegrenzten und Schwachen im Blick hatte und Ihnen entgegengekommen ist
- Jesus selbst hat an Gründonnerstag und Karfreitag elementare Erfahrungen mit der Einsamkeit gemacht: von den Jüngern, letztlich auch von Gott alleingelassen („Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen“)

Gott versteht unsere Einsamkeit, da er sie in seinem Sohn selbst erlebt hat. Und mit dem Tod und der Auferstehung Jesu hat er uns eine Perspektive in unseren Ängsten, unserer Einsamkeit gegeben: In der Begegnung mit den Jüngern sagt er ihnen und uns zu: „ich bin mit euch alle Tage bis zum Ende der Welt“ (Mt 28, 20)

Vielleicht gelingt es in den entschleunigten Zeiten der Sommerferien:

- zur Ruhe zu kommen, Kraft zu schöpfen,

- meinen Blick zu schärfen für mich und die Menschen um mich herum; auch um z. B. Einsamkeit bei mir und dem Nächsten zu erkennen, um Schritte aus der Einsamkeit zu wagen
- im Allein-Sein mir Zeit für das Gebet, für Gott zu nehmen
 - o um Gott in mir, in den Menschen, die mir begegnen, wahrzunehmen, in der wunderbaren Schöpfung, die uns gerade im Urlaub an so vielen Orten der Erde besonders erfahrbar wird (*siehe auch Psalm 104 „Loblied auf den Schöpfer“*)
 - o und um dann auch etwas von seiner Zusage zu spüren, von der der Prophet Josua schreibt: „Sei stark und mutig! Hab keine Angst und verzweifle nicht. Denn ich, der Herr, dein Gott, bin bei dir, wohin du auch gehst“ (Jos, 1,9)

In diesem Sinn eine gute Urlaubszeit!

Michael Zumsande

