

„Es geht durch unsere Zeit ein Suchen, ein ängstliches Tasten und Fragen nach göttlichen Dingen. Über unsere Zeit ist die große Einsamkeit gekommen, eine Einsamkeit, die es nur dort gibt, wo Gottverlassenheit herrscht.“

Dietrich Bonhoeffer

### Gedanken für den 5.5.2020

Als Dietrich Bonhoeffer am 5. April 1943 verhaftet wird, wird für lange Zeit eine kleine, enge Zelle im Gefängnis in Berlin-Tegel sein Lebensmittelpunkt. Gerade die erste Zeit war für ihn im Gefängnis sehr hart. Er wurde in einer verschmutzten Zelle isoliert, niemand sprach ein Wort mit ihm. Von den Eltern erhielt er alle zehn Tage Post, die er auch beantworten durfte. Erlaubt war jede Woche ein Wäschepaket, das zusätzlich Nahrungsmittel und Bücher enthalten durfte. Da die Verlobung mit Maria von Wedemeyer zunächst nicht öffentlich war, dauerte es lange, bis ihm erlaubt wurde, ihr zu schreiben und Briefe von ihr zu erhalten. In der Einsamkeit seiner Gefängniszelle war Bonhoeffer der Verzweiflung nahe. Aus vielen seiner Briefe kann man das herauslesen.

Einsamkeit. Ein Gefühl, das in diesen Tagen viele Menschen umgibt. Vor allem, weil den Menschen persönliche Kontakte fehlen. Durch Corona sind manche freiwillig in Quarantäne, Menschen in den Pflegeheimen dürfen von ihren Angehörigen nicht besucht werden und auch sonst heißt es weiterhin Abstand halten. Doch nicht nur räumlicher Abstand kann einsam machen, sondern man kann im Leben trotz vieler Freunde um sich herum sehr einsam sein. „Über unsere Zeit ist eine große Einsamkeit gekommen“, so schreibt Bonhoeffer und viele unter uns können das sicher so unterschreiben.

Psychologen und Gesundheitsexperten betonen sogar, dass einsame Menschen ein erhöhtes Sterberisiko haben. Als ich das gelesen habe, konnte ich es kaum glauben, bis mir in dieser Woche bei einem telefonischen Beerdigungsgespräch Angehörige erzählt haben, dass ihr Angehöriger wohl auch ein Stück weit an Einsamkeit im Altersheim verstorben ist, weil ihm einfach die Kontakte, Gespräche und Besuche gefehlt haben und er so sehr an der ganzen Situation litt, dass er mit seinem Leben abschloss.

Aber warum ist Einsamkeit so gefährlich? Der Augsburger Psychologe Rudolf Müller-Schwefe erklärt: „Einsamkeit tut weh, isoliert, ist kalt und führt in die Nähe des Todes.“ Einsame Menschen schlafen schlechter, sie zerbrechen sich mehr den Kopf, sind unglücklicher und ernähren sich ungesünder als Menschen mit vielen Sozialkontakten. Es sei die Urangst schon des Frühmenschen, von der Gruppe zurückgelassen zu werden und damit dem Tod geweiht zu sein, die hier dahinter steht. Als soziale Wesen seien wir auf menschlichen Kontakt angewiesen, entwickelten uns sozial, emotional und geistig nur in der menschlichen Gemeinschaft.

Umso wichtiger ist es in meinen Augen, dass die Politik jetzt schnellst möglichst gerade in Pflegeheimen Besuche und Kontakte zulässt, um der Einsamkeit entgegenzuwirken. Und wir alle sollten uns bewusst machen, wie gefährlich Einsamkeit ist und das tun, was in unseren Möglichkeiten steht, um einsamen Menschen nicht allein zu lassen, um ihnen das Gefühl zu vermitteln, dass sie nicht allein sind und wir sie nicht vergessen haben. Um dem entgegen zu wirken, dass über uns eine große Einsamkeit gekommen ist.

Einsamkeit beinhaltet für uns Christen sehr häufig auch, dass wir uns in diesen Momenten auch von Gott verlassen fühlen. Gottverlassenheit nennt es Bonhoeffer. Auch vor Bonhoeffer hat dieses Gefühl nicht Halt gemacht. In der Enge seiner Zelle hat er aber immer wieder neu die Gewissheit gefunden, dass Gott gerade bei den Einsamen ist. Bei ihm ist, wenn er einsam ist. Ihn auch in diesen Momenten nicht verlässt. Gott ist bei uns am Abend und am Morgen und ganz gewiss an jedem neuen Tag, so seine berühmten Worte. Und mit diesen möchte er auch uns immer wieder dazu ermutigen, gerade in den Momenten der Einsamkeit uns nicht von dem Gefühl leiten zu lassen, dass wir von Gott verlassen sind, sondern dass Gott da an unserer Seite steht.

In diesem Sinne Ihnen allen alles Gute und Gottes Segen – und bleiben Sie gesund.

Ihr Pfarrer Frank Wagner