

Einsamkeit

Von Friedrich W u l f S. J., München

Es gibt eine Einsamkeit der Großen und Starken. Man spricht von Menschen, die auf einsamer Höhe stehen oder die einsam ihren Weg gehen. Eine Kluft trennt sie von den vielen. Sie sind von einer ungewöhnlichen seelischen Kraft und ihre Welt kennt Höhen und Tiefen, die anderen unbekannt sind, unerreichbar oder aber gefährlich erscheinen. Sie werden darum nicht mehr verstanden oder auch gemieden und können sich auch selbst anderen nicht mehr mitteilen und anvertrauen. Staatsmänner und Wirtschaftsführer, Feldherren, Entdecker und Gelehrte gehören zu ihnen, edle Naturen und Gewaltmenschen, Heilige und Verbrecher. Ihre Einsamkeit kann einer nur schwer ertragenen Vereinsamung gleichkommen, kann hart und bitter machen, sie kann aber auch Reichtum bedeuten, eine Quelle seltener und tiefer Freuden sein, kann Licht, Wärme und Kraft ausstrahlen. Fast immer ist sie schmerzlich und beglückend zugleich, bitter und süß.

Ganz verschieden davon ist jene Einsamkeit, die den modernen Menschen kennzeichnet. Während erstere aus einem überdurchschnittlichen Selbststand hervorgeht, hat letztere einen Mangel an seelischer Geschlossenheit und Kraft zur Voraussetzung. Schon rein biologisch gesehen ist der übersensible Mensch von heute gegenüber einer robusteren Generation ungeschützter und verwundbarer. Er neigt darum zur Absonderung (wogegen nicht seine ebenso starke Neigung, in der anonymen Menge unterzutauchen, spricht) und schon die bloße Gegenwart andersgearteter oder unsympathischer Menschen tut ihm oft körperlich weh. In engem Zusammenhang damit steht eine außergewöhnliche seelische Differenziertheit, die ihn unsicher und anfällig macht, die häufig das innere Gleichgewicht stört und eine dauernde Unruhe hervorruft. Instinktiv sucht sich ein solcher Mensch gegen alle Einbrüche und Gefahren abzuschirmen und wird auf diese Weise notwendig in die Einsamkeit hineingedrängt. Ein geringes Anpassungsvermögen und eine mangelnde Kontaktfähigkeit bilden schließlich um die Seele einen Ring, der sie zu einem Gefängnis macht, in welchem der Mensch nur noch mit sich allein ist und aus dem es keinen Ausweg ins Freie zu geben scheint. Alles, was er denkt und tut, reflektiert immer nur seine eigene Welt, seine Wünsche und Träume, seine Not und sein Versagen.

Das schmerzliche Gefühl der Vereinsamung tritt beim heutigen Menschen in verschiedenen Formen auf. Am elementarsten in der *Angst*. Ein plötzliches und übermächtiges Schicksal bricht über ihn herein. Er kann ihm nicht ausweichen. Er fühlt sich ihm nicht gewachsen. Er sieht sich von allen Seiten bedroht. Keiner hilft ihm. Er ist verloren. Eine solche Situation war nicht nur

in den vergangenen Jahren des Krieges und der Nachkriegszeit häufig gegeben; man trifft sie auch heute relativ oft an.

Die in der Angst durchbrechende Einsamkeit ist aber die Ausnahme-situation. Meist bleibt die Angst latent und schwelt unter jener dünnen Schicht, in der der Mensch sich eingerichtet und gesichert hat und die Dinge normal verlaufen. Sie äußert sich dann als leichte Erregbarkeit und Abwehrhaltung, als *Ungeborgenheit* und innere Heimatlosigkeit. Die Umwelt und Mitwelt wird als rauh und sogar feindselig empfunden. Nirgendwo bietet sie einen sicheren Schutz vor dem Ungemach, das von allen Seiten auf Leib und Seele eindringt. Der dauernde Entzug von Liebe und Geborgenheit treibt den Menschen (wenigstens innerlich) immer mehr aus der Gesellschaft der anderen und läßt ihn seine eigenen Wege gehen. Er wird mißtrauisch und bitter. Schließlich wird er sich selbst zur Last.

Je länger eine solche Situation anhält, um so mehr geht das Gefühl der Angst und Ungeborgenheit in eine allgemeine Müdigkeit, Lustlosigkeit und *Resignation* über. Das ist heute der Fall. Trotz der gesteigerten Möglichkeiten eines äußerlich erfüllten und abwechslungsreichen Lebens ist die innere Welt des Menschen unsagbar leer und freudlos. Viele haben kein über den materiellen Gütern hinausliegendes Ziel mehr vor Augen. Sie leben von einem Tag in den anderen. Alles dreht sich sozusagen im Kreis. Es ist eine ständige Wiederkehr der ewig gleichen Dinge. Das Leben erscheint als sinnlos. Der Mensch mag sich darum zu nichts mehr aufraffen, will nichts mehr wagen und geht den tiefer liegenden Entscheidungen aus dem Weg. Selbst religiöse Menschen sind davon betroffen. Gott ist ihnen oft so fern. Die übernatürliche Welt hat für sie etwas Unwirkliches an sich. Es spricht sie nichts mehr an. Auch hier steht am Ende die Resignation.

Der einsame Mensch unserer Tage hat sich entweder mit seinem Schicksal abgefunden oder aber sucht sich ihm durch fortgesetzte Flucht zu entziehen. Fruchtbar macht er es nur noch selten. Eine wirkliche Aufarbeitung seiner Not strebt er nur dann an, wenn es nicht mehr anders geht und das Leben dazu zwingt. Wie aber soll diese Aufarbeitung vor sich gehen? Welche Lösungen bieten sich dem Menschen an, um seine Vereinsamung zu überwinden? Etwa die psychotherapeutische Analyse? Aber sie vermag allenfalls Zusammenhänge zu erhellen und unbewußte Triebkräfte ansichtig zu machen. Eine eigentliche Lösung ist sie nicht. Am ehesten könnte eine echte Begegnung in der Liebe weiterhelfen. Aber gerade dazu ist den einsamen Menschen meist die Möglichkeit versagt. Letztlich ist die Einsamkeit als Schicksal nur in der Gemeinschaft mit Gott zu ertragen und fruchtbar zu machen. Ja, im Glauben erhält sie ganz neue Möglichkeiten, die sie vom Natürlichen her gesehen gar nicht hat. Noch mehr! Ohne echte Einsamkeit ist ein christliches Leben überhaupt nicht denkbar. So lautet also der paradoxe Rat für den einsamen Men-

schen: Werde einsam, geh in die Einsamkeit vor Gottes Angesicht! So kann man es schon bei den Mönchen der Wüste lesen, so weiß es die ganze christliche Tradition, so steht es auch im Exerzitienbuch des hl. Ignatius, dieser klassischen Einübung der Einsamkeit. Dort heißt es in der 20. Vorbemerkung: „Je mehr unsere Seele sich in Einsamkeit und Abgeschlossenheit befindet, desto geeigneter macht sie sich, ihrem Schöpfer und Herrn zu nahen und ihn zu erreichen, und je mehr sie ihn erreicht, desto besser bereitet sie sich vor, von seiner göttlichen und höchsten Güte Gnaden und Gaben zu empfangen.“

Dieser Weg ist nicht einfach. Er birgt manche Schwierigkeiten und manche Klippen. Auch hier ist der Mensch zunächst einmal ganz allein, wenigstens dann, wenn er es mit der Einsamkeit ernst nimmt und sich nicht mit bloßen Gefühlen der Andacht und der Erbauung begnügt. Die Gefährlichkeiten der letzten Einsamkeit der Seele vor Gott sind nicht gering. Davon wußten die Mönche der Wüste manches zu erzählen. Es gilt hier mit Dämonen zu kämpfen — die Zahl derer ist im heutigen Menschen Legion — und die Erbärmlichkeit der eigenen Natur zu erkennen und zu ertragen. Die Einsamkeit vor Gott ist darum auch für diejenigen, die die Welt nicht verlassen, für den Laien ebenso wie für den Seelsorgspriester, eine wahre Wüste der Selbstüberwindung. Es gilt darin auszuhalten, wenn die Natur sich zu fürchten beginnt, — in Trockenheit und Trostlosigkeit weiterzubeten, zu glauben und zu vertrauen, und es dauert oft lange, ehe Gott sich dem Menschen zeigt und die irdische Entblößung und Einsamkeit zu einem Raum der Nähe seiner persönlichen Gemeinschaft macht. Die innere Wüste des Christen in der Welt hat gegenüber der Wüste des rein kontemplativen Lebens den Vorteil, daß man nicht ein für allemal in sie eintritt, sondern sie immer wieder unterbrechen kann. So übt man allmählich ihre Schwere ein und verliert die Furcht vor dem Alleinsein. Je gelöster und gelassener man aber vor Gott hintritt und vor seinem Angesicht weilt, um so mehr wird Er aus einem bloßen Gegenstand des Glaubens zu einer erlebten Wirklichkeit, und es erfüllt sich in einzigartiger Weise das Wort des Isaia, daß die Einöde am Ende der Tage in fruchtbares Land umgewandelt werden wird.

Wer die Einsamkeit des Herzens, die aus der Sünde stammt, im Gebet auf sich genommen und durchgestanden hat, ist nicht mehr allein. Er lebt fortan in einem vertrauten Umgang mit Gott. Seine Welt ist größer und freier geworden. Er braucht nun nicht mehr ängstlich an sich zu halten, denn seine Einsamkeit gleicht jener, von der zu Beginn die Rede war. Sie ist ein Ausstrahlungspunkt für die Gemeinschaft, für die Schwachen und Mutlosen geworden.