

Die Evangelische Rundfunkbeauftragte beim WDR - Kaiserswerther Straße 450 - 40474 Düsseldorf  
TELEFON: 0211-41 55 81-0 FAX:0221-41 55 81-20  
E-MAIL: buero@rundfunkreferat-nrw.de  
INTERNET: www.kirche-im-wdr.de

---

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Evangelischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

evangelisch: Kirche in WDR 3 | 28.04.2017 07:50 Uhr | Dietmar Arends

## Allein und doch nicht allein

Guten Morgen!

Wo und wie hören Sie eigentlich gerade diese Sendung? Hören Sie sie zuhause? Gemeinsam mit jemand anderem oder allein? Sind Sie im Auto unterwegs zur Arbeit? Viele werden jetzt wohl eher allein für sich zuhören, wenn auch in ganz verschiedenen Situationen.

Und so unterschiedlich wie die Hörsituation ist auch das Erleben. Jeder empfindet allein zu sein anders. Ich erinnere mich: Als ich vor einigen Jahren umgezogen bin und mich zunächst alleine in einer neuen Umgebung zurechtfinden musste, da fühlte ich mich fast ein wenig verloren. Heute bin ich auch manchmal allein, aber es fühlt sich ganz anders an. Ich weiß, da sind Menschen, die einfach da sind und wenn es darauf ankommt auch für mich da sind. Meine Familie, Freunde. Und das ist gut zu wissen, auch wenn wir gerade nicht Zeit zusammen verbringen können.

Wenn aber jemand sein Alleinsein als schmerzhaft erlebt, dann ist das so, als ob er Hunger hat. Wie der Hunger mich daran erinnert, dass ich essen muss, erinnert mich das Gefühl schmerzhafter Einsamkeit daran, dass ich von Beziehungen lebe. Vom Miteinander, vom Austausch. Sie erinnert mich daran: Pflege deine Kontakte. Suche Gemeinschaft mit anderen.

Es gibt jedoch auch Situationen, in denen Menschen sehr bewusst das Alleinsein, die Einsamkeit suchen. Wenn der Beruf kaum Luft zum Atmen lässt; wenn die Familie einen ganz und gar fordert, kann eine Zeit ganz allein etwas sehr wohltuendes haben.

Viele suchen dann in dem Alleinsein die Beziehung zu sich selbst. Manche begeben sich sehr bewusst alleine auf eine Wanderung, eine Pilgerreise. Andere entscheiden sich für eine Zeit der Einsamkeit in einem Kloster, manche sogar schweigend.

Auch von Jesus wird erzählt, dass er immer wieder die Einsamkeit gesucht hat. So heißt es zum Beispiel einmal im Markusevangelium von ihm: „Und frühmorgens, als es noch sehr dunkel war, stand er auf und ging hinaus und ging fort an einen einsamen Ort und betete dort.“ (Markus 1,35)

Zuvor war erzählt worden, dass Jesus viele Menschen geheilt hatte, dass er gepredigt hatte, viele ihn hören wollten. Es scheint, als brauchte auch er so etwas wie eine Auszeit, als müsse er dem Trubel entfliehen, einmal abschalten. Doch das alleine würde zu kurz greifen. Die Einsamkeit wird zu einer Kraftquelle für ihn, weil er dort die Verbindung zu seinem Vater sucht. Er ist mit Gott allein – und so dann doch nicht allein. Er sucht die Einsamkeit ohne einsam zu sein. Im Gegenüber zu Gott findet er zugleich zu sich selbst und wird neu gestärkt für seine Aufgaben.

Manchmal tut es gut, die Einsamkeit zu suchen. Und dabei zum Beispiel über etwas nachzudenken, das mich bewegt. Das kann auf einem Spaziergang sein, beim Besuch einer Kirche... Das Nachdenken kann ich dann auch sehr bewusst als ein Gespräch mit Gott verstehen, als ein Gebet. Und ich kann darauf vertrauen, dass Gott mich dabei hört und sieht.

Alleinsein als Kraftquelle entdecken. Als Gelegenheit, zu mir zu kommen, mich mit Gott zu verbinden und gestärkt neu loszugehen. Das ist einen Versuch wert.

Ihr Dietmar Arends, Landessuperintendent aus Detmold.