

Kirche in 1Live | 11.12.2025 floatend Uhr | Julia-Rebecca Riedel

Einsamkeit im Advent

Hej, vielleicht erlebst du das gerade: Überall erzählen Leute von Adventszauber und Familienzeit, davon mit Freunden auf den Weihnachtsmarkt zu gehen und die schönste Zeit im Jahr so richtig zu genießen. Und vielleicht merkst du, dass sich das bei dir ganz anders anfühlt. Weil du grade erst fürs Studium oder die Ausbildung in eine neue Stadt gezogen bist. Oder weil es in deiner Familie immer schon schwierig ist und Weihnachten besonders ...

Im Advent kicken all die negativen Gefühle noch mehr als sonst. Diese Zeit ist laut und bunt, verspricht ganz viel – und wenn du dich einsam fühlst, dann werden all die Versprechen von Liebe, Frieden und Gemeinschaft einfach nur laut und schmerzhaft.

Advent heißt "Ankunft". Vielleicht heißt das für dich dieses Jahr, ein kleiner Gedanke darf ankommen: Ich muss nicht ohne Hilfe durchhalten. Wenn die Einsamkeit kickt, gibt's Menschen, die da sind, auch wenn du sie erst mal vielleicht nicht auf dem Schirm hast. Die Telefonseelsorge ist rund um die Uhr, anonym und kostenlos erreichbar. Die hören zu und judgen nicht. Und in den Kirchengemeinden hier im Sektor findest du Orte, an denen du einfach sein darfst: gemütliche Wohnzimmergottesdienste, gemeinsames Essen, Musik ... Auch da musst du nichts erklären. Aber vielleicht spürst du: Hier darf ich sein. So wie ich bin. Ich wünsch dir das.

Sprecher: Jan Primke

Redaktion: Landespfarrerin Julia-Rebecca Riedel