

Infobogen 5

Einsamkeit im Wandel der Zeit

Lange sahen wir Menschen die Einsamkeit vor allem positiv. In der Antike etwa als Möglichkeit, die Welt zu verstehen. Außerdem wurde Abgeschiedenheit als Chance eingeschätzt, sich auf sich selbst zu besinnen. So soll zum Beispiel der römische Anwalt, Konsul und Schriftsteller Marcus Tullius Cicero gesagt haben: "Wenn ich allein bin, bin ich am wenigsten allein."

Einsamkeit = religiöser Genuss

Im Mittelalter ist Einsamkeit stark mit Religion verknüpft. Isoliert leben muss dafür aber niemand. Es geht vor allem um eine innere Erfahrung, die Einsamkeit der Seele, den Dialog mit Gott. Und natürlich darum, sich vor den sündhaften Verlockungen des Lebens zu schützen. In der Renaissance rückt der Mensch in den Mittelpunkt von Wissenschaft, Kunst und Kultur. Das Bild von einem Gott, der über allem steht, gerät zunehmend ins Wanken. Viele fühlen sich verlassen, andere sehen einen Umbruch. Und so beschreibt etwa der italienische Dichter und Geschichtschreiber Francesco Petrarca in seinem Werk "Über das einsame Leben" das zuvor Undenkbare - dass nämlich Seelenfrieden auch ohne die Kirche erreichbar und religiös geprägte, innere Einkehr nicht zwingend sei.

Alleinsein wird Selbstgenuss

Im 18. Jahrhundert wird Einsamkeit dann vom religiös bedingten Genuss zum Selbstgenuss. Aufgrund stärkerer gesellschaftlicher Bezogenheit wird das fromme Alleinsein nun vielfach abgelehnt, eine Zurückgezogenheit mit dem Ziel persönlicher Vervollkommnung jedoch begrüßt. Dichter entfliehen der hektischen Welt, um ungestört große Werke schaffen zu können. Gemeinsam mit Philosophen veröffentlichen sie Wochenschriften wie "Der Einsame", "Der Einsiedler" oder "Der Eremit" und treffen damit den Zeitgeist. Allein lebende Weise genießen hohes Ansehen, weil sie fähig sind, sich selbst zu genießen und ihr Rat für andere nützlich sein kann. Komponisten verpacken ihre Ideen zur Einsamkeit in Musik: Wolfgang Amadeus Mozart in seinem Stück "An die Einsamkeit", Jean Sibelius in "Einsames Lied", Franz Schubert in "Einsamkeit" aus der Winterreise.

Die Stimmung kippt

Im 19. Jahrhundert sehen zahlreiche Menschen das Alleinsein als Freiheit des Individuums. Die Ständegesellschaft existiert nicht mehr, die einengenden Normen und Verpflichtungen der Gruppe sind vorbei. Der Philosoph Arthur Schopenhauer schreibt dazu: "Ein Hauptstudium der Jugend sollte sein, die Einsamkeit ertragen zu lernen; weil sie eine Quelle des Glückes, der Gemütsruhe ist." Im 20. Jahrhundert wird jedoch vielen klar, dass die neue Unabhängigkeit nicht nur positiv ist. Denn auch Schutz und Entlastung durch die Gesellschaft fallen weg. Anders als früher ist niemand mehr automatisch eingebunden, was wiederum schmerzhaft einsam machen kann.



Zweischneidige Einsamkeit

Wissenschaftler mahnen: Wer kein soziales Netz hat, wende sich von der Gesellschaft ab. Nicht nur das Wohl des Einzelnen sei dadurch in Gefahr, sondern sogar die Demokratie. Auf der anderen Seite leben wir in einer Gesellschaft, die den Einzelgänger feiert, das Individuelle, das Einzigartige – den einsamen Superhelden. Um den Weg dorthin zu finden und erfolgreich zu sein, gilt es, kreativ zu sein, und möglichst allein.

Dem hohen Druck und Tempo unseres modernen Alltags können und wollen nicht alle standhalten und fliehen – für eine bestimmte Zeit, etwa beim Wandern oder Meditieren, oder sogar für immer. Denn wie schon seit vielen Hundert Jahren gibt es auch heute Einsiedler in Deutschland. Etwa 90 sollen es aktuell sein – einige religiös motiviert, andere nicht. Doch sie alle wählen ganz bewusst ein dauerhaft abgeschiedenes Leben in Einsamkeit.

(Text: Lena Ganschow ,SWR)