

11.4.2025

Meine Damen und Herren,

Jahrzehnte saß Ernst Siegfried Steffen im Gefängnis Bruchsal.
Er wurde dort zum Dichter.

*Du standest immer am anderen Fenster.
Und dein Zug fuhr in die andere Richtung,
auf einem anderen Gleis:
Du lächeltest erst zuletzt,
als es aussichtslos war für mich.
Vielleicht, wenn Du früher gelächelt hättest...
...vielleicht, wenn Du mich früher gesehen hättest...
...vielleicht.. -
Ich habe rote Teppiche gebreitet
Hinter meinen Lidern
Vielleicht ließe sich daraus ein Anfang machen...*

Steffens DU, ein DU an dessen Zärtlichkeit er voltigieren können würde, wie Ernst S. Steffen schreibt, um die Unendlichkeit herauszuzaubern und sie zu teilen, zeigt seine Sehnsucht nach einem Gegenüber.

Gefangen und isoliert von anderen, empfindet der Mensch seine Einsamkeit besonders schwer. Das gilt leider auch für Kinder in herzloser Umgebung. Wenn in solchen Situationen kein Ende absehbar ist, wird die Isolation zum Trauma. Das haben viele Menschen in der Corona - Pandemie so empfunden. Seitdem wurden von Wissenschaftlern mit Hilfe eines Einsamkeitsbarometers Einsamkeits-Studien erstellt und Lösungen zur Selbstoptimierung für unsere Gesellschaft gesucht. Unterstützend gibt es jetzt in Berlin eine Einsamkeitsbeauftragte und irgendwo stehen pinkfarbene Quasselbänke herum, auf die sich eine einsame Person setzen kann oder zwei, die dann ein Gegenüber bilden können. Man soll und darf sich trauen. Sich trauen heißt antworten auf Möglichkeiten.

Aber hat denn nicht ohnehin jeder jemanden, der gegen ihn ist oder über ihm ist oder ihm gegenüber ist oder nicht? Unsere religiösen, politischen, sportlichen und vielfältigen anderen Gemeinschaften werben doch geradezu um Mitglieder. Vor Ort lädt sogar die Schwäbische Zeitung zur kostenlosen Online-Partnerbörse, bietet Speed-Dating Abende an, die man früher wohl „Ball der einsamen Herzen“ nannte. Wir schwimmen doch in einem Ozean von Beziehungsoptionen. Verstärkt durch das Internet und Social Media, kann sich jeder aus seiner Blase Bedeutung geben, kann weltweit mit jemanden aus einer anderen Blase Freundschaft schließen, Lebensratgeber werden, Ratgeber für sich finden oder Sexpartner sein. - Wir brauchen also die Gesellschaft als Gegenüber. Und warum ist das so? Weil kein Mensch allein sich selbst gehört.

Bevor wir überhaupt „Ich“ sagen können, erfahren wir uns bereits von einem erfahreneren DU in Beschlag genommen. Ehe wir also über unser Sein und Dasein nachdenken können, sind wir schon in Beziehung zu anderen, die uns – und die wir beanspruchen. Diese, unsere allererste und tiefste Lebenserfahrung zeigt sich, sobald ein Kind laufen kann in dessen wunderbarer Unmittelbarkeit.

Wenn es zuvor nicht wegdressiert wurde, suchen sich Kinder nämlich einfach ein Gegenüber. Sie sprechen mit Dingen, Vögeln, Käfern und sprechen wildfremde Menschen an. Von diesen Begegnungen erfahren sie Vertrauen, lernen GEGEN und ÜBER als Macht und Fremdbestimmung, lernen sich zu wehren und die Angst vor dem Alleinsein. Weitere Entwicklung und Prägung hängen davon ab, wie wir miteinander umgehen. Dabei lassen seelisch erfahrene Berührungen meistens starke Gefühle aufwallen. Eine davon ist die Erfindung der Liebe.

Ich war so ernst und erfüllt, dass ich nach seinem Herzen fassen wollte. Und er war so feierlich und heilig stumm, dass mir schien, er fasste nach meinem Herzen. Aber es blieb die Haut, die wir berührten, die wir einander wundtasteten.

Diese Zeilen von Hans Henny Jahn aus seinem Roman „Fluss ohne Ufer“, zeigen so ein Liebesgefühl, die Ergreifung über die Haut desjenigen, der das höchste Glück verspricht.

Ohne Berührung und Umarmung würde der Mensch emotional verhungern, weiß die Psychotherapeutin Virginia Satir. 12 Umarmungen pro Tag brauche ein Kind, damit Seele und Körper zu innerlicher Nähe zusammenwachsen und 4 Umarmungen pro Tag braucht jeder Mensch zum Überleben, wobei ab 20 sec. das Glückshormon Dopamin ausgeschüttet wird. Wer seine Dopaminausschüttung nicht von menschlichen Umarmungen abhängig machen möchte, kann sich inzwischen für ca. 500 Euro eine Umarmungsmaschine kaufen.

Bei mir würde kein Dopamin ausgeschüttet, da bin ich sicher. Mir würde sofort der Gedanke ins Hirn schießen, was ist, wenn ich drinstecke und der Strom fällt aus? – Ein Gegenüber ergattert zu haben, das umarmt, genügt also nicht. Der Mensch will geliebt werden und die Liebe des Gegenübers fühlen. Liebe, wie Ernst Steffen es ausdrückt, die von einem einzigen Menschen abhängt und das Teilen von Unendlichkeit verspricht. Dabei würde bis ans Ende der Tage genügen.

„Bis ans Ende der Tage“ hatten meine Freundin und ich im Alter von 12 Jahren mit eigenem Blut unseren Freundschaftsvertrag unterschrieben und danach unsere blutenden Wunden „gekreuzt“. Dieser Freundschaftsvertrag war uns heilig und irgendwie ist er das immer noch.

Die Kündigung eines Freundschaftsvertrages ist Verrat, wie es die aktuelle Politik zeigt. Aber war das nicht schon immer so? Wer persönlich über genug Landbesitz, Immobilien, Einfluss und Geld verfügt, folgt eigenen Regeln und macht sie zum Gesetz aller. Neue Dynastien, leider auch die derzeit herrschende amerikanische, wollen kein Teil eines liberalen demokratischen Systems oder Freundschaft sein. Die Großfamilie als politisches Modell verspricht etwas, das der demokratische Staat nicht mehr liefern kann: Verlässlichkeit und absolute Autorität.

Spätestens seit der Globalisierung wurde uns bewusst: auch Gesellschaften, Länder, Völker gehören nicht zur Gänze sich selbst. Was also tun, wenn der Freund nicht mehr zur Verfügung steht? Ohne Freunde ist man schließlich allein.

Menschen, die Gottvertrauen besitzen, können sich trösten. Sie wissen: Gott ist der, der immer da ist. Wenn sie ihm folgen, sind sie nicht allein.

Menschlichen Herrschern mit grenzenloser Gier nach dem Unmöglichen folgt man besser nicht. Sie sind endlich, wie alle Menschen und werden irgendwann durch Intrigen, Verrat, Bruderkriege und Mord aus ihren eigenen Reihen eliminiert. Das jedenfalls lehrt uns die Historie.

Und unsere derzeit erschütterte Sicherheit? – birgt sie nicht auch neue Innerlichkeit, neue Kontakte, neue Möglichkeiten? Wir können Zukunft nur ahnen. Wir können nicht wissen, was uns heute noch entgegenkommt, was morgen passiert, welchen Durchbruch Wissenschaftler plötzlich haben und wer oder was uns gewogen sein wird. Aber eins ist gewiss: ganz plötzlich kann sich etwas ändern und kann dem Leben eine völlig neue Richtung geben. Um dafür offen zu sein, um antworten zu können, bedarf es Rückzug zu sich selbst.

Nach dreißig Jahren Familienleben, war mein Allein-sein-mit-mir irgendwie abhandengekommen. So machte ich in Italien, abseits einer Stadt in einer Hütte mit mir, bzw. an mir Entdeckungen. Es war die Zeit noch ohne Smartphone. Nach ca. drei Tagen begann ich laut zu singen, nicht aus Angst, wie als Kind im dunklen Keller, sondern vermutlich, weil ich eine Stimme hören wollte. Ich begann jemanden zu vermissen, dem ich mich hätte mitteilen können, z.B. wie schön der Sonnenaufgang ist oder wie weh mir der eingetretene Dorn im Fuß tut. Ich wurde extrem aufmerksam, nahm jedes Rascheln wahr. Wenn ich im Ort über die Piazza ging, fühlte ich Blicke in meinem Rücken. Nachts hörte ich jaulende

Hunde aus der Schlucht und versuchte mit Jaulen zu antworten. Nach vier Wochen war ich mir selber verständlich geworden und leicht. Ich gesellte mich zu den alten schweigenden Männern auf der Piazza und fand in ihren Gesichtern jeweils ein Gegenüber. Schweigend hielt ich ihre Blicke aus. Ich merkte, wie wir, ohne zu sprechen uns austauschten.

Wir alle antworten nämlich bereits auf das Äußere, auf die Offenheit oder die Maske, die Abwehr oder auf das Leid unseres Gegenübers. Oft ist all das im Gesicht eines Menschen zu lesen. Wir denken „von ihm“ oder „für ihn“, versuchen uns sogar in den anderen hineinzusetzen. Und gleichzeitig fragt das eigene Bewusstsein: ...und wie wird mich der sehen oder die oder mich mein Gegenüber wahrnehmen?

Im Spielraum dieser gegenläufigen Erfahrungen bildet sich etwas.

Da ist entweder der Zwang, die Augen niederzuschlagen, sich verbergen zu müssen. Aber sich verbergen kann bedeuten zu betrügen, dem anderen etwas vorzumachen. Oder es zwingt zu lächeln, ein Gespräch aufzunehmen. Es könnte die Kraft zum Handeln entfacht werden oder sich wehren zu müssen. Ich hatte diese Fremden als Gegenüber gesucht. Worte waren nicht nötig, aber es entstand dabei die wichtige Frage an mich selbst, nämlich: - was für ein Gegenüber will ich sein?

Vielleicht sollten wir uns als eine Gesellschaft in Therapie sehen, dessen Gier nach Anerkennung und Bestätigung unstillbar scheint. - Um in den gesellschaftlichen Wellen und Wogen der Trends, im Meer der Möglichkeiten als Individuum nicht unterzugehen, ist es klug, sich fähig zu machen, allein mit sich selbst sein zu können. Rückzug, Zurückgezogenheit und sogar Einsamkeit gehören dabei zur Bildung. Diese wertvollen Zwischenräume ermöglichen uns eine innere Zeit etwas abzuwägen und Lösungen zu finden, um zu einer eigenen Entschlossenheit zu gelangen. Das kann am Ende sogar hilfreich sein, auch allein vom Leben Abschied nehmen zu können.

Der Philosoph Odo Marquard drückt es so aus:

Es ist unvermeidbar, wenn wir abtreten, lassen wir unsere Mitwelt allein, die dabei ihrerseits uns allein lassen muss. Wir sterben als Alleingelassene Alleinlasser. Die Einsamkeit ist nicht krankhaft. Problematisch ist vielmehr die Schwächung der Kraft zur Einsamkeit.

Wir bedürfen beides: das Für-sich-sein als Zwischenort und den Wechsel als ein Gegenüber zum Anderen, um eine erfüllte Gemeinsamkeit mit freundschaftlich und liebevollem Umgang mitzugestalten. In diesem Sinn wünsche ich uns allen einen heiteren Abend im geistreichen Austausch mit unseren für Sie ausgewählten Gegenüber,

vielen Dank.