

Übers Alleinsein Wenn die Leere erfüllt...

Selten war das Thema des Alleinseins so präsent wie in den vergangenen Jahren, die durch die Pandemie und einen Krieg mit all seinen Folgen charakterisiert waren und noch immer sind. Alleinsein, das immer mit Einsamkeit gleichgestellt wird, ist jedoch etwas völlig anderes. Einsamkeit ist diese tiefe innere Leere, die sich nicht befüllen lässt, gleich ob man in einer Partnerschaft lebt, in einem Team arbeitet, Kinder und einen großen Freundeskreis hat – oder auch nicht.

Die Leere bleibt – gleich, was man tut – oder auch lässt.

Ob es die physische Isolation ist, weil man keine wirklichen Sozialkontakte hat und weil es an intimen Kontakten fehlt.

Ob es die innere Isolation ist, die sich mit nichts aus dem Außen auffüllen lässt, auch nicht mit den teuersten Einkäufen und den schönsten Spas.

Ob es die gesellschaftliche Einsamkeit ist, weil man zu keiner gesellschaftlichen Gruppe sich zugehörig fühlt und – vielleicht – auch objektiv nicht zugehörig ist.

Doch dann gibt es das Alleinsein. Diesen Zustand, der einem das über das Physische hinausgehende Hören und Wahrnehmen ermöglicht, das Erkennen von bislang Unbekannten eröffnet. Alleinsein ist der Weg, um dem eigenen tiefsten Inneren zu lauschen und damit die mystische Verbindung zu etwas Größeren ermöglicht.

Ob man dieses Größere als Gott, als die Quelle, als das Universum bezeichnet, ist Geschmackssache.

Die These, der Mensch sei ein soziales Wesen, mag für viele zutreffend sein. Manche hingegen schätzen das Mitsichsein. Sie empfinden es als Quelle der größten Kraft und Erkenntnis. Sie haben für einige Zeit danach gestrebt, dazuzugehören – bis sie erkannten – sie gehören nirgends im herkömmlichen Sinn dazu. Ihre Aufgabe ist es, mit sich zu sein, zu erkennen und voranzugehen.

Ja – es gibt Sozialkontakte. Doch diese sind – aus freier Wahl – begrenzt auf jene Menschen, die auf der gleichen Wellenlänge sind. Besser mit sich – als in schlechter Gesellschaft.

Diese Menschen fühlen sich nie einsam. Es mag ihnen momentweise langweilig sein – bis sie erkennen, dass alles vorhanden ist, was sie jetzt benötigen. Alles. Sie erkennen, wie wenig sie wirklich brauchen, ohne sich eingeschränkt zu fühlen. Sie haben und sind in Fülle. Das macht sie souverän. Nicht unabhängig im Sinne, dass sie niemanden brauchen. Sie können sehr gut Hilfe annehmen, wenn sie es als erforderlich erachten. Damit schätzen sie die Fähigkeiten anderer. Doch sie sind souveräne Wesen, die konsequent ihren Weg im Mitsichsein und im sehr ausgewählten mit anderen Sein gehen.

Ob das einfach ist? Wenn man auf der eigenen Spur geht und konsequent voranschreitet, dann ist es das Einfachste. Denn: jegliches Unstimmiges wird zur Qual, die sich rasch körperlich zeigt. Doch die unstimmigen Menschen sind deswegen nicht schlecht oder gar böse. Sie sind nicht in der Frequenz desjenigen, der das Mitsichsein kultiviert und es als die für ihn passende Lebensweise erachtet.

Dann wird Alleinsein zu einer inneren Haltung, die auch das Miteinandersein von Menschen ermöglichen, die einander am Blick erkennen und ein Stück des Weges miteinander gehen.

Alleinsein und Miteinander wird zu einem harmonischen Wechselspiel.