



Zusammenfassung unseres Treffens vom 02.12.2019

Thema: „Einsamkeit“

Anwesende: Aliko Bürger, Martin Wein, Renate Teucher, Thomas Wolf, Hans-Joachim Kiderlen, Anna Strasser, Wolfgang Sohst.

Ort: Café „Spreegold“, Bikini-Haus am Zoo

Einsamkeit wird umgangssprachlich meist als ein psychisch **unangenehmer Zustand** einer Person verstanden. Insbesondere in der Literatur und in der Selbstreflexion wird Einsamkeit aber auch als eine **positive Empfindung** beschrieben. Manchmal wird der Ausdruck sogar für Stimmungsbilder verwendet, die gar keine bestimmte Person, sondern ganze Situationen betreffen, z.B. ‚die einsame Waldlichtung‘. Es ist deshalb sinnvoll, den Begriff ‚Einsamkeit‘ für eine philosophische Betrachtung genauer zu bestimmen.

Hierzu kann man zunächst zwischen **einfachem Alleinsein** und Einsamkeit im engeren Sinne unterscheiden. Das Alleinsein wird keineswegs immer negativ empfunden. Im Gegenteil; wir alle brauchen das Alleinsein zum Ausgleich für die psychischen Anstrengungen, die ein längerer Aufenthalt in bekannter Gesellschaft oder gar in einer Masse unbekannter Leute mit sich bringen. Dieses Alleinsein ist notwendig, um sich als Person nicht in der Umwelt zu ‚verlieren‘, wie dies z.B. ein Merkmal des Burnout-Syndroms ist, sich also als je eigene Person wiederherzustellen. Offenbar geht es hier um ein **Gleichgewicht** zwischen den Bedürfnissen nach sozialer Integration und nach notwendig allein zu leistender Aufrechterhaltung des Selbst, was beides ständig zu erneuern ist.

Manchmals kann schon das **plötzliche Gewahrwerden der Einzelheit**, d.h. dass man letztlich, also biologisch, eine von allen anderen Lebewesen und Gegenständen abgeordnete Person ist, zu einem unangenehmen Gefühl der Einsamkeit führen. Ein solches existenziell-intellektuelles Einsamkeitsgefühl wird wiederum häufig in religiösen oder mystischen **Glaubenssystemen** dadurch zu lösen versucht, dass sie den Menschen als Teil eines großen, integralen Prozessuniversums, einer göttlichen Schöpfung oder eines allumfassenden Geistes darstellen. Im Rahmen solcher Vorstellungen kann man sich sogar mit allen Lebewesen bis hin zu den Bäumen im Wald ‚eins‘ fühlen. Auch ganz ohne solche Glaubenssysteme heben wir das Gefühl der Einzelheit und des Alleinseins oft schon dadurch auf, dass wir **in einer Situation ‚aufgehen‘**, uns z.B. im glitzernden Trübel einer Großstadt wie in einem Sinnenbad treiben lassen, oder im ‚Flow‘ sportlicher Anstrengung oder intensiver Arbeit ganz bei uns sind. Auch dann sind wir nicht einsam.

Im christlichen Glauben spielt die Einzelheit des Menschen ebenfalls eine existenzielle Rolle. Die Figur Gottes hat hier eine doppelte Funktion: Im Akt ihrer Schöpfung verlässt die Kreatur die Sphäre des Göttlichen (*Kenosis*). Einerseits ist Gott also **das absolute Nicht-Ich**, die subjektiv unleugbare Realität eines Umgreifenden (Jaspers), in dem ich als einzelne Person nur ein Teil der Welt bin und mich folglich nicht willkürlich verhalten kann. Andererseits ist Gott diejenige Instanz, die mit der Weltschöpfung einen **Allzusammenhang** schafft und damit das Chaos vor diesem Schöpfungsakt in einen Kosmos verwandelt. Im Schöpfungsakt trennt der christliche Gott den Menschen von sich und lässt ihn dadurch zum Teil seiner kosmischen Schöpfung werden.

Die **Dichotomie von kosmischer Allheit und personaler Einzelheit** wird in vielen Kulturen thematisiert. Sie antwortet damit auf die lebenslange Suche des Individuums nach seiner Position und Rolle im Ganzen. Dieser metaphysische Aspekt unserer Existenz bestimmt wesentlich, wann und wie intensiv wir uns einsam fühlen. Unsere jeweilige Kultur formt nur die Art und Weise, wie wir uns zu ihr stellen.

Ein wiederum anderer kultureller Erklärungsansatz für die existenzielle Einsamkeit wurde durch Sigmund Freud und insbesondere seine Schülerin Melanie Klein im Rahmen der **Psychoanalyse** als Teil ihrer Theorie der frühkindlichen Entwicklung formuliert. Melanie Klein geht davon aus, dass das Ungeborene noch **keine Trennung von Ich und Umwelt** kennt. Diese wird ihm vielmehr schockartig mit der Geburt als lebenslange Herausforderung aufgedrängt. Das Baby hadert dieser Theorie zufolge zunächst mit der Mutter, weil es die nachgeburtliche Aufspaltung der intra-uterinen Allwelt in ein Ich und die Mutter als Nicht-Ich nicht einfach akzeptieren kann. Die Herausforderung dieser primären psychischen Differenz kann mehr oder weniger gut gelingen. Davon hängt wesentlich die spätere Entwicklung des Kindes ab.

Einsamkeit der einzelnen Person ist umgekehrt keine Empfindung, die physisches Alleinsein voraussetzt. Häufig wird Einsamkeit gerade dann am intensivsten empfunden, wenn man sich in Gesellschaft anderer Menschen befindet, sich aber zu der jeweiligen **Gruppe nicht zugehörig** fühlt, aus welchen Gründen immer. Ein solches Einsamkeitsgefühl ist die Folge einer sozialen Differenz gegenüber einer Gruppe, der man an sich gerne angehören würde, es aber nicht kann oder explizit nicht zugelassen wird, z.B. weil man die habituellen Insider-Mitgliedsrituale nicht beherrscht. Handelt es sich bei der fraglichen Gruppe dagegen um eine, der man ohnehin nicht angehören möchte, droht auch keine Einsamkeit.

Das Gefühl sozialer Integration und damit die Vermeidung von Einsamkeit setzt eine ständige Arbeit der **Vertrauensbildung** gegenüber anderen Personen voraus. Vermutlich ist hier sowohl die Integration in ein Wir, d.h. eine empathische Gruppe, als auch die Herstellung vertrauensvoller Beziehungen zu einzelnen anderen Personen notwendig. Die psychischen und sozialen ‚Mechanismen‘ zur Herstellung einer **Ich-Du-Beziehung** bzw. zur Herstellung eines **kollektiven Wir-Gefühls** unterscheiden sich allerdings erheblich. Während die Ich-Du-Beziehung zwischen einzelnen Personen hergestellt wird, die kognitiv und empathisch auf Gegenseitigkeit beruht und weitgehend bewusst stattfindet, bildet sich das Wir als einheitliches kollektives Subjekt häufig unbemerkt und in einer kognitiv intransparenten, komplexen sozialen Atmosphäre: Ein solches Wir entsteht plötzlich und verschwindet ebenso auch wieder. Es wurde in seiner modernen Form von der deutschen Romantik als Wert entdeckt und seitdem häufig (und nachweislich historisch falsch) mit dem Begriff der Nation assoziiert. Es wird in vielen Variationen und von praktisch allen Kulturen als ein Zustand starken Hochgefühls kultiviert. Mit einer physikalischen Metapher kann man dieses Phänomen auch als plötzliche Entstehung eines **sozialen Resonanzraums** beschreiben, in dem alle Teilhabenden das Gefühl haben, sich auf ‚einer Welle‘ mit den übrigen Beteiligten zu befinden, wo die einzelne Person kein kausal-einzelnes Wirkungselement des Sozialen mehr ist, sondern integraler Teil einer **Wechselwirkungseinheit**. Wir erleben solche Kollektivsubjekt-Phänomene – die auch sehr kurzlebig sein können – durchaus häufig und mit unterschiedlicher Intensität: Die Fan-Kurve eines vollbesetzten Fußballstadions, die Teilnehmer einer entschlossenen politischen Demonstration, gar ein Großteil der ganzen Weltbevölkerung in den Wochen nach der deutschen Wiedervereinigung; all dies sind Beispiele eher ungewöhnlich intensiver Phänomene kollektiver Subjektivität. Schon eine nächtliche, bierselige Freundesrunde kann schon für kurze Momente im Kern ähnliche Wir-Gefühle hervorrufen. In solchen Zuständen ist die Einsamkeit der Teilhabenden aufgehoben.

Einsamkeit wird leicht zum gesellschaftlichen Risiko. Praktisch alle Kulturen bieten deshalb **Praktiken der rituellen, d.h. kontrollierten Wir-Bildung** an. Sportliche Mannschaftsspiele, Orchester und Chöre, in nicht unbeträchtlichem Maße auch alle größeren Unternehmen, Parteien, Vereine etc. halten auf Dauer nur zusammen, wenn es ein **Gemeinschaftsgefühl** gibt, das über die formale Mitgliedschaft und den konkreten privaten oder öffentlichen Nutzen hinausgeht. Dann sprechen die jeweiligen Mitglieder hingebungsvoll von ‚wir SPDler‘, ‚wir Siemensianer‘, ‚wir Philharmoniker‘. Wenn wir z.B. gemeinsam singen oder tanzen, sind wir nicht mehr einzeln und auch nicht mehr einsam.

Während erfolgreiche Ich-Du-Beziehungen selten ein **kritisches Potenzial** bergen (sofern es dabei nicht gerade zu einer asozialen oder gar kriminellen Partnerschaft kommt), sind Kollektivsubjekte schon mit größerer Vorsicht zu betrachten. Wenn ein Goebbels seine Gefolgsleute im Berliner Sportpalast mit der Frage „Wollt ihr den totalen Krieg?“ in eine entfesselte Wir-Meute verwandelt, wenn vor und während des

Genozids in Ruanda in 1994 der blutrünstige Mob mit blanken Macheten alles niedermacht, was nicht zu seinem Wir gehört, wird das kollektive Subjekt zum rasenden Monster. Es gibt in allen menschlichen Kulturen und Gesellschaften Beispiele solcher Exzesse. Aus der kühlen Distanz des Nachher solcher Ereignisse sind sie uns geradezu unbegreiflich. Es gehört deshalb seit der europäischen Aufklärung zu den Kernaufgaben der westlichen Kultur, **den Einzelnen gegen solche Versuchungen zu immunisieren**, indem wir von Kind an unsere soziale Vernunft trainieren, ein solches blindes Aufgehen im Wir zu vermeiden. Und dennoch: Auf das ‚gute‘ Wir können wir ebenso unmöglich verzichten, bei Strafe unterträglicher Einsamkeit.

Die Skala der subjektiven Befindlichkeit zwischen **absoluter Verschmelzung** im Wir und **absoluter Einsamkeit** qua Vereinzelung andererseits ist in ihren Extrema aber wohl gar nicht erfahrbar. Kein Mensch verschmilzt psychisch vollständig mit einer Gruppe, und wenn höchstens für ein paar Sekunden, und kein Mensch ist je absolut einsam, solange er überhaupt noch eine Vorstellung von anderen Menschen hat, die ihn zumindest theoretisch verstehen könnten. Ein Teil der Lebenskunst eines jeden Menschen liegt offenbar darin, immer wieder die Balance, das **dynamische Gleichgewicht** in der Nähe der Mitte dieser Skala zu finden.

Der Nutzen des kollektiven Subjekts als lebendig empfundenenes ‚Wir‘ liegt im Übrigen keineswegs nur im Wohlgefühl sozialer Integration. Das Wir entlastet das einzelne Mitglied auch in seiner **Verantwortung** für Taten, die vom Wir zwar befürwortet oder zumindest geduldet werden, von Außenstehenden aber unter Umständen scharf missbilligt werden. Daher rührt auch der enorme Widerstand großer Kollektive, wenn es um schwere, das gesamte Kollektive betreffende Vorwürfe geht. Niemand bekennt sich leichthin zur eigenen (Mit-)Verantwortung für das Ganze.

Fraglich ist, ob sich das Gefühl von existenzielle-negativer Einsamkeit auf einen **Mangel an Informationsaustausch** reduzieren lässt. Extreme Deprivationserfahrungen, wie z.B. lange Einzelhaft, könnten dafür sprechen. Andererseits sollte man den neurologisch grundlegenden Entzug jeglicher Sinnesreize nicht mit den psychologisch wesentlich höheren Funktionen sozialer Integration verwechseln. Mangelnder Informationsaustausch auf der Ebene reiner, wenn auch kognitiv gehaltvoller Sinnesreize sind wohl eher kein Aspekt von Phänomenen der Einsamkeit.

Eine neuere Frage zur Entstehung kollektiver Subjekte entsteht ferner mit der Erschaffung immer leistungsfähigerer Roboter. Die ihnen implantierte künstliche Intelligenz wird insbesondere auch als soziale Intelligenz immer weiter entwickelt. Heute mag es vielleicht noch seltsam anmuten, wenn jemand behauptet, er befinde sich in einer **Partnerschaft mit einer Maschine** praktisch genauso, wie er Partnerschaften mit anderen Menschen pflege. Es lässt sich aber zumindest nicht grundsätzlich ausschließen, dass künftig so etwas möglich sein und auch gesellschaftlich akzeptiert wird. Die Frage wäre hier, welche individuellen und gesellschaftlichen Bedingungen hierzu erfüllt sein müssen.

(ws, 08.12.2019)