Impuls aus den Sprüchen

«Wer sich ausserhalb der Gemeinschaft stellt»

Viele Menschen geniessen den scheinbaren «Safe Space», den ihnen Kopfhörer bieten (Symbolbild) / Florian Wüthrich

Quelle: Unsplash, Ross Sneddon / Livenet

Einen Vorteil hat die Tendenz, dass mehr Menschen mit Kopfhörern durchs Leben gehen. Abgeschirmt in ihrer «Ein-Person-Bubble» verwenden sie deutlich weniger Worte, was König Salomo begrüsst hätte. Sonst ist dem Egotrip wenig Gutes abzugewinnen.

> **«Wer sich ausserhalb der Gemeinschaft stellt, verfolgt nur seine eigenen Interessen.» Sprüche 18,1 / Basis Bibel**

Eins vorab: Auch ich habe meine Momente, in denen ich gerne mit den «In Ear»-Kopfhörern eine Zugfahrt geniesse oder einen Podcast höre. Doch ich versuche regelmässig, zum Beispiel unterwegs im Zug, ansprechbar zu bleiben für meine Umgebung.

Jahr für Jahr 300 Worte weniger

Es ist auf jeden Fall keine gute Nachricht, dass sich viele Menschen dauerhaft in die selbstgewählte Isolation ihres eigenen Soundtracks oder ihrer Serie begeben und damit nicht ansprechbar sind. Eine neu veröffentlichte Studie der University of Arizona hat gezeigt, dass Menschen von 2005 bis 2019 Jahr für Jahr 338 Worte weniger miteinander sprachen.

Kurzes Side-Teaching: Man könnte diesem Fakt für sich allein betrachtet auch Positives abgewinnen. Gerade die biblischen Sprichwörtern warnen öfters davor, dass viele Worte zu Schwierigkeiten führen können. Zum Beispiel in Sprüche 29,20: «Kennst du jemanden, der redet, ohne zu überlegen? Für einen Dummen gibt’s mehr Hoffnung als für ihn.» Oder die positive Variante in Sprüche 17,27: «Wer sparsam mit Worten umgeht, beweist Einsicht. Wer einen kühlen Kopf behält, zeigt Verstand.» Möglicherweise würde König Salomo heute unsere Neigung kritisieren, sofort alle möglichen Themen in den Sozialen Medien zu kommentieren…

Zwischenmenschlicher Kontakt wird unangenehm

Zurück zum eigentlichen Schwerpunkt, der Tendenz zur Einsamkeit und Isolation, welche auch gemäss Professor Manfred Spitzer die grosse unerkannte Krankheit unserer Zeit ist. (Wir berichteten: «Einsamkeit und der Heimvorteil der Christen»)

Dass laut der Psychotherapeutin Felizitas Ambauen (Autorin des Buches «Beziehungskosmos») jugendliche Patientinnen und Patienten vermehrt soziphobische Tendenzen zeigen, ist krass. «Das Zwischenmenschliche steht heute im Verruf, unangenehm zu sein», schrieb Anna Kardos in der NZZ am Sonntag vom 17. Mai 2026. Und weiter: «Auch deshalb sind Kopfhörer wohl das ultimative Statussymbol unserer Gegenwart. Sie sind das Kunststoff gewordene Versprechen, für andere unerreichbar sein zu können.»

Traurig ist, dass der Rückzug in unsere Ego-Welt uns nicht sicherer, emotional stabiler oder ausgeglichener macht. Es ist vielmehr ein Verdrängen, eine Flucht

vor den wahren Aufgaben. Für den nächsten Konflikt oder den nächsten Moment, bei dem mutiges Einstehen für die Wahrheit angesagt wäre, sind wir deswegen nicht besser vorbereitet. Im Gegenteil: Wir stumpfen ab – und reagieren bei einer Störung von aussen oft noch gereizter und abweisender. Es entfremdet uns voreinander und vor unserem eigenen Herz.

Gottes Ruf in die Gemeinschaft

Gott hat uns als Gemeinschaftswesen geschaffen. So hat auch die Forschung (u.a. der oben zitierte Manfred Spitzer) herausgefunden, dass Formen von gelebter Gemeinschaft sich günstig auf die psychische Gesundheit auswirken. Auch Menschen, die sich mit Geld für andere Menschen einsetzen, sind glücklicher als diejenigen, die alles für sich behalten. In seinem Buch «Einsamkeit – die unerkannte Krankheit» bestätigt Spitzer, dass gelebter Glaube, der sich in Gemeinschaft ausdrückt und für andere da ist, das beste Rezept ist, um Einsamkeit zu überwinden und Anderen daraus herauszuhelfen. Und dass Menschen, die so leben, auch selbst glücklicher und psychisch gesünder sind.

- «Lasst uns aufeinander achten und uns anspornen zur Liebe und zu guten Werken.» Hebräer 10,24
- «Ein jeder sehe nicht auf das Seine, sondern auch auf das, was dem andern dient.» Philipper 2,4
- «Einer trage des anderen Last, so werdet ihr das Gesetz Christi erfüllen.» Galater 6,2

Abenteuer namens Leben

Falls du bei dir die Tendenz spürst, dass du dich lieber nicht dem Risiko aussetzt, Nähe zuzulassen, gehörst du wohl heute zu einer Mehrheit. Viele Menschen sind so an den abgeschirmten Modus gewöhnt, dass es für sie eine Horrorvorstellung ist, eine fremde Person einfach mal anzurufen. Der deutsche Pastor und Autor Lukas Herbst schreibt in seinem Buch «Dein Leben. Dein Impact» über die Angst vor dem echten Leben: «Wir wollen Verantwortung übernehmen, sind aber schon mit der Verantwortung für unser Leben gefühlt überfordert... Wir wollen etwas bewegen und sind gleichzeitig überfordert, unser eigenes Leben auf die Reihe zu bekommen. Wir wollen einen Unterschied machen und gleichzeitig fällt es uns schwer, uns zu entscheiden, was wir mit unserem Leben anfangen wollen (zu diesem Thema ist zum Beispiel das Video «Jeder aus der GENERATION Z» von Phil Laude sehr lustig bzw. eher tragisch).

Sagen wir's ganz offen und direkt: Das, was du und ich heute erleben, ist unser Leben. Es ist nicht der Vorfilm oder die Werbepause. Dies ist die erste und einzige Chance, die wir in diesem grossen Abenteuer namens Leben bekommen. Die Bibel sagt, dass dieses Abenteuer in Gesellschaft erlebt werden sollte. Und deshalb ist die Wahl unserer Wegbegleiter eine der wichtigsten Entscheidungen, die wir treffen können.

> Wer Umgang mit Weisen hat, wird klug. Wer aber mit Dummen verkehrt, dem geht's schlecht.
>
> Sprüche 13,20 / Basis Bibel

Enge Beziehungen mit Menschen aufzubauen, ist ein riskantes Spiel. Nur ist das echte Leben nur zu finden, wenn wir es immer wieder wagen, Menschen nah an uns heranzulassen. Dabei wünsche ich dir viel Mut, Weisheit und Gottes Segen!

Zum Autor: ***Florian «Flo» Wüthrich*** *ist seit über 25 Jahren als Journalist tätig. 2014 wechselte er vom Radio- in den Online-Journalismus. Bei Livenet ist er seit über zehn Jahren als Chefredaktor und Talkmaster tätig, 2023 hat er zudem die Verantwortung als Livenet-CEO übernommen. Flo wirkt als Brückenbauer in der christlichen Szene mit dem Anliegen, das Evangelium authentisch und gesellschaftsrelevant zu kommunizieren.*

Datum: 22.05.2026
Autor: Florian Wüthrich
Quelle: Livenet

Tags
Bibel
Leben als Christ
Christen in der Gesellschaft
Glaube