

13.02.2026 um 00:01 Uhr

hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Helmut Wöllenstein,

Evangelischer Pfarrer, Marburg

Segen für Singles

Single bless, hat unsere Tochter gesungen, als sie klein war und manchmal noch einzelne Worte verdreht hat. Wenn vor Weihnachten im Radio Jingle bells kam, sang sie: „Single bless“. Was übersetzt heißen könnte Segen für Singles. Ich erinnere mich jetzt daran, weil morgen Valentinstag ist. Liebespaare schenken sich Rosen und Pralinen, sie feiern ihr Glück und manche lassen sich auch in einer Kirche segnen.

Alleinlebende als Normalität? Warum Singles im Alltag oft übersehen werden

Single bless ist wie ein Impuls, auch Singles an diesem Tag zu segnen, ohne wenn und aber. Denn leider ist das immer noch nicht selbstverständlich. Weder in der Kirche noch sonst im Alltag. Eine Familie wird als normal angesehen oder das Zusammenleben als Paar. Aber wenn jemand allein lebt, wird im Stillen gefragt: Wieso das denn, stimmt da was nicht? Ist der nicht kontaktfähig? Warum hat sie denn keinen abgekriegt?

Viele Menschen leben gerne allein und genießen die Freiheiten

Viele unter uns leben allein, laut Statistik etwa 20 Prozent. Und es werden immer mehr, besonders junge Erwachsene und ältere Menschen. Viele von ihnen leben gern allein. Sie vermissen nichts. Im Gegenteil, sie genießen die Freiheiten, selbst zu entscheiden, wie sie wohnen, essen, welche Kontakte sie haben, wohin hin sie reisen.

So schrieb ein Freund auf seiner langen Tour allein mit dem Wohnmobil zum Nordkap, bei einer Rast am Fjord: Diese Stille ist es die ich suche, die mich lockt. Das Alleinsein in der Natur, mit

weiten Wegen, interessanten Begegnungen. Dieses Aus sich herauswachsen, dieses Dasein ohne Frage, ohne Muss.

Der Unterschied zwischen Alleinsein und Einsamkeit

Es ist ein Unterschied, ob jemand allein ist oder einsam. Einsam heißt immer, es fehlt dir etwas. Du wünschst dir Freunde, gehörst aber nirgends so richtig dazu. An der Arbeit fehlen dir Kontakte. Mit den Nachbarn wirst du einfach nicht warm. Und so fällt es dir immer schwerer rauszugehen, andere anzusprechen. Die sozialen Medien auf dem Smartphone sind super, um im Kontakt zu bleiben. Aber zusammen essen gehen, sich treffen, reden, wandern, Sport machen, spielen – ist etwas anderes als allein vor einem kleinen Bildschirm zu hocken.

Single bless - Segen für alle Einzelnen

Single bless - ein Segen für alle Einzelnen. Für die glücklichen und für die, die es satthaben. Vielleicht sagt die Pfarrerin oder der Pfarrer zum Schluss solche Worte:

Geh mit Gottes Segen. Gehe deinen Weg. Mal allein aber nie einsam. Ruhe in dir und bleib offen für andere. Sei gesegnet und sei stark, jeden Tag. Gott geht an deiner Seite.