

Die Freundschaft

Alle Menschen auf der Welt haben eine Vorstellung von Freundschaft. In jeder Kultur spielt Freundschaft eine wichtige, von allen anerkannte Rolle.

Das deutsche Wort Freundschaft ist sprachlich verwandt mit den Begriffen „Friede“ und „frei“, „lieben“ und „hegen“. Von seiner Grundbedeutung her hat Freundschaft also mit friedfertiger, freiwilliger, liebevoller Fürsorge zu tun.

Das Wort Freund bezeichnete früher Verwandte. Heute beschreibt Freundschaft meistens die vertrauensvolle Beziehung zwischen zwei nicht verwandten Menschen. Es handelt sich also um eine freiwillige, auf Zuneigung basierende Beziehung.

Für Sokrates war die menschliche Freundschaft eine Grundtugend. US-Amerikaner, Briten und Inder nennen bereits jemanden einen Freund, den sie gerade erst kennengelernt haben.

Auf den Andamanen gehen sich Freunde aus dem Weg. Sie möchten ihre Freundschaft nicht durch zu viel Nähe gefährden.

Im afrikanischen Mali bewerfen sich Freunde gegenseitig mit Kot und beschimpfen die Eltern des Anderen. Es ist ihr Freundschaftsritual.

In vielen Kulturen gibt es festgelegte Freundschaftsrituale, sogar regelrechte Zeremonien, z. B. ähnlich einer Hochzeit.

In Deutschland gibt es außer der Feier des Kindergeburtstages kaum ein Ritual, das Freundschaften unterstützt. Bedeutet das eine gesellschaftliche Vernachlässigung von Freundschaft?

Manchmal trifft man in Deutschland auf Menschen, die das Wort Freund nie benutzen, weil sie keinen Menschen kennen, der ihrem hohen Ideal von Freundschaft entspricht. So wollen sie also niemanden als ihren Freund bezeichnen.

Es gibt sehr unterschiedliche Vorstellungen von Freundschaft. Andererseits gibt es aber auch gemeinsame Merkmale, die in allen Kulturen als Ausdruck tiefer Freundschaft gelten: nämlich gegenseitige Anziehung und gegenseitiger Respekt, Loyalität und Liebe. Freunde mögen und akzeptieren sich. Sie halten in schwierigen Situationen zusammen und ihr Umgang miteinander ist liebevoll. Freundschaft wird auch als Liebe mit Verstand

erklärt. Die Freundschaft hat oft für die gesamte Gesellschaft einen hohen Nutzen, da sie Menschen langfristig sehr positiv miteinander verbindet.

Die Liebe zwischen Sexualpartnern dagegen gilt als Liebe mit einer großen emotionalen Abhängigkeit. Gefühle und sexuelle Begierden stehen oft im Vordergrund. Diese Partnerschaften sind natürlich unverzichtbar in Bezug auf die menschlichen Nachkommen, die Kinder also, die aus ihnen hervorgehen. Aber diese Partnerschaften zerbrechen sehr oft. Nicht selten wird dann Liebe zu Hass und damit auch zum Schaden für die ganze Gesellschaft. Die so genannte romantische bzw. leidenschaftliche Liebe hat den Menschen nicht nur sehr viel Schönes, sondern auch unvorstellbares Leid gebracht. Genau das ist die ursprüngliche Bedeutung des Wortes Leidenschaft.

Für die englische Autorin Shelly, Mary Wollstonecraft ist wohl auch deshalb Freundschaft der heiligste Bund der menschlichen Gesellschaft, weil Partnerschaften zu großen Problemen führen können.

Dr. Langenscheidt - Verleger und Bestseller-Autor von „Handbuch zum Glück“ - ist davon überzeugt, dass in Freundschaften größeres Glück liegen könne als in der Liebe. *„Denn Liebe kann auch zu viel Unglück führen. Langjährige Freundschaften hingegen wirken stabilisierend für unser Glück.“* Der Mensch sei ein soziales Wesen. *„Er will seine Gefühle mit anderen Menschen teilen, denn geteiltes Glück ist doppeltes Glück“*, so der Benediktinerpater und viel gelesene Autor spiritueller Bücher Pater Anselm. (*„DAS macht Sie jetzt wirklich glücklich“*, 5.12.2016, bild.de)

Hält also nicht die romantische Liebe, sondern die freundschaftliche Liebe die Welt zusammen?

Man kann das Bedürfnis nach Freundschaft mit zu den Grundbedürfnissen des Menschen zählen. Denn jeder gesunde Mensch wird mit einem starken Bedürfnis nach Liebe und nicht nur nach Sexualität geboren. Auf welche Art und Weise man diese Liebe allerdings dann erfahren kann und möchte, davon weiß man am Anfang seines Lebens nichts. Konkrete Vorstellungen von Mutter- oder Vaterliebe, von familiärer Liebe in Groß- oder Kleinfamilie, von partnerschaftlicher Liebe in Ehe oder freier Partnerschaft, von freundschaftlicher Liebe in Freundes- oder Bekanntenkreis, von religiöser Liebe auf christliche, hinduistische, islamische, buddhistische oder jüdische Weise sind abhängig von der individuellen und kulturellen Prägung jedes einzelnen Menschen. Diese Vorstellungen entwick-

keln sich erst im Laufe eines jeden Lebens.

Das Bedürfnis nach Liebe ist angeboren, der Wunsch nach Ehe aber nicht. Am Anfang steht immer nur die intensive Sehnsucht nach der realen Erfahrung von Liebe. Liebe möchte man eigentlich immer erfahren: in der Begegnung mit allen Menschen, mit Eltern und Familie, mit Erziehern und Lehrern, mit Freunden und mit dem Partner, mit Kollegen und Bekannten, aber auch in der Begegnung mit sich selbst und seiner Lebenskraft, mit sich selbst und dem Höchsten.

Die Sehnsucht nach Liebe ist vermutlich der wichtigste Motor im Leben der Menschen. Vielleicht können Begierde und Negativität für kurze Zeit stärker erscheinen, am längsten aber von allem lebt die Sehnsucht nach Liebe. Man kann Aggression nicht mit Aggression, Hass nicht mit Hass und Frustration nicht mit Frustration besiegen, wohl aber mit Liebe. Liebe ist langfristig stärker als alle Negativität und vermutlich sogar unsterblich – weit über den Tod hinaus.

Wenn man Menschen fragen würde, welche der folgenden geliebten Personen wichtiger sind – die Eltern, die eigenen Kinder, die Ehepartner, die Geschwister, die Verwandten, die Freunde, die Kollegen, die Bekannten, die Erzieher oder die Seelsorger –, dann erhielte man ganz unterschiedliche Antworten darauf, wer auf Platz eins, auf Platz zwei usw. steht. Je nach Persönlichkeit und Situation, je nach Erziehung und Kultur, je nach gesellschaftlicher Stellung und konkreter Lebenserfahrung würden die Menschen eine ganz andere Reihenfolge festlegen.

Sind z. B. in asiatischen Kulturen die familiären Beziehungen meist sehr viel wichtiger als Freundschaft, so kann dies in westlichen Kulturen genau umgekehrt sein. Tiefe Freundschaft ist für viele Menschen dort wichtiger als die meisten der familiären Verbindungen. Wahre Freunde können sich intime Gefühle und geheimste Gedanken mitteilen, die vielleicht sogar ein Verwandter nicht ertragen könnte.

Der irische Schriftsteller George Bernard Shaw bezeichnete Freunde sogar als „Gottes Entschuldigung für Verwandte“.

Damit meinte er wohl, dass Verwandte unerträglich sein können, der frei gewählte Freund aber ein Geschenk Gottes ist. Freunde kann man sich aussuchen, Verwandte aber nicht.

So sprechen z. B. die meisten Koreaner über ganz persönliche Dinge mit

einem Verwandten, die meisten Deutschen aber mit ihrem besten Freund. Eines aber sollte ganz klar sein: Liebe und Verständnis suchen beide gleichermaßen.

Die Intensität von Freundschaft wird in einem sehr bekannten deutschen Lied besungen. Dort heißt es: *„Ein Freund, ein guter Freund, das ist das Schönste, was es gibt auf der Welt. Ein Freund bleibt immer Freund und wenn die ganze Welt zusammenfällt. Drum sei auch nicht betrübt, wenn dein Schatz dich nicht mehr liebt. Ein Freund, ein guter Freund, das ist das Beste, was es gibt.“*

Nach der Aussage dieses Liedes steht Freundschaft sogar über der Beziehung zu seinem Lebenspartner. Denn die Liebe zu seinem „Schatz“ kann enden. Demnach ist die Freundschaft logischerweise „das Beste, was es gibt“.

In den heutigen Zeiten der Globalisierung gibt es leider etwas sehr Bedauerliches: Die ganze Welt kommt sich immer näher, aber von den vertrauten Menschen bewegt man sich immer weiter weg. Immer weniger Begegnungen, egal ob partnerschaftlich, familiär oder freundschaftlich, sind von längerer Dauer oder größerer Intensität. Die scheinbar moderne Flexibilität bzw. Mobilität verlangt heutzutage vom Einzelnen viele Veränderungen, auch den häufigen Wechsel des Wohnsitzes. Darunter leiden alle sozialen Bindungen.

Die persönlichen Begegnungen werden mehr durch Begegnungen im Netz ersetzt. Für Menschen, die sich vielleicht gerade am anderen Ende der Welt befinden sind die heutigen Kommunikationsmöglichkeiten mit ihrer Familie oder ihren Freunden in Echtzeit natürlich ein Segen. Andererseits aber kann die digitale Verbundenheit mit Gott und der Welt auch zum Fluch werden, wenn man durch die permanente Erreichbarkeit Dauerstress ausgesetzt ist.

Ebenso können permanent eingetippte Botschaften – wie z. B. *„Ich esse gerade meine Suppe und danach muss ich ...“* – zur völligen Banalisierung der Kommunikation führen. Digitales Dauergeschwätz lenkt die Menschen mit belanglosen Inhalten vom greifbaren Geschehen völlig ab.

Das ist fast so, als verlöße man selber sein Haus nicht mehr und nähme an allem, auch an Partys, nur noch digital teil. Die logische Folge davon wäre Cyber-Sex. Willkommen in einer Welt, in der sich die "super-Coolen" gerade selber überflüssig machen!

Die persönliche Einsamkeit in der vom Egoismus regierten Welt wird immer größer, die Welt selber immer liebloser. Liebe und Freundschaft werden immer seltener und somit wertvoller.

So stimmt der folgende Rat mehr denn je: *„Nimm Dir Zeit für Deinen Freund, sonst nimmst die Zeit Dir Deinen Freund!“*

Menschen erleben sich von ihrer Geburt an als getrennt: als getrennt von ihrem Ursprung, als getrennt von ihrer Mutter und als getrennt von dem Rest der Welt. Durch den qualvollen Geburtsvorgang wird man hinausgepresst in eine neue, kalte Wirklichkeit. Die vorherige Verbundenheit stirbt und die neue getrennte Existenz wird geboren.

Man begegnet dieser fremden, unermesslichen Welt um sich herum mit seiner eigenen, begrenzten Perspektive. Man sieht aus sich heraus, wie aus einer Gefängniszelle, und ist kaum dazu in der Lage, das Leben jenseits der eigenen Sicht wirklich zu verstehen.

Der erste Schrei des Neugeborenen ist nicht nur der verzweifelte Schrei nach Luft, sondern auch der verzweifelte Schrei nach Liebe. Man fühlt sich einsam in der neuen Welt.

Wirklich zufriedenstellen kann einen in diesem Augenblick nur die Wärme und Liebe der Eltern. Sie vermitteln das Gefühl von Nähe und Verbundenheit, von Schutz und Sicherheit.

Im Grunde genommen suchen Menschen ihr ganzes Leben lang – bewusst oder unbewusst – nach solch einer Erfahrung von Verbundenheit und Geborgenheit, eben nach Liebe. Aber weder die Anerkennung durch andere Menschen bzw. die Beliebtheit aufgrund von Erfolg, Geld oder Macht, noch die ekstatischen Höhepunkte durch Abenteuer, Sexualität oder Drogen können diese Erfahrung von Verbundenheit und Geborgenheit nachhaltig vermitteln. Das kann nur tiefe Liebe.

So sucht man die Liebe in der Begegnung mit Menschen und in der Spiritualität. Manch einem erscheint die Liebe zu Tieren noch als der einfachste Weg, bleiben doch Widerworte und Versagen aus. Manch ein penibel gepflegter Tierfriedhof zeugt hiervon.

Die Liebe zu seinem Lebenspartner umfasst idealerweise sexuelles Begehren und tiefe Freundschaft, vielleicht sogar gemeinsam praktizierte spirituelle Liebe. Diese umfassende partnerschaftliche Liebe kann sehr beglückend sein.

Geht aber ein Element dieser Liebe verloren, entweder die Freundschaft oder das sexuelle Begehren, dann kann aus der partnerschaftlichen Liebe auch Hass und Depression werden und das Leben zur Qual machen. Leider geschieht dies viel zu oft.

Die Liebe zu seinem Ursprung, die Liebe zum Höchsten, die Liebe zu seinem Schöpfer bzw. zu seinem Gott ist vielleicht die höchste Stufe der Liebe, die man als Mensch erfahren kann. Man könnte diese Liebe auch als die „Antwort Gottes“ auf den Schrei des Menschen nach Liebe bezeichnen. Buddhisten, die Erleuchtung erreichen, erkennen tief in sich, dass die Erfahrung von Getrenntheit eigentlich nur eine Illusion ist. Diese grundlegende Täuschung ist für die Buddhisten der Grund für alles Leid in der Welt. Nach der Lehre des Buddhismus glaubt der Mensch lediglich daran, dass er von seinem Ursprung getrennt ist. In Wirklichkeit aber ist er schon immer vereint und nie getrennt gewesen. Jeder könne die alles verbindende Liebe in sich selbst erfahren.

Die meisten Menschen sind weit entfernt von derartigen spirituellen Erkenntnissen und einer entsprechenden Lebenspraxis. Auch für viele Christen gestaltet sich der praktische Umgang mit der Liebe als sehr schwierig, obwohl im Zentrum christlicher Glaubenspraxis die Liebe zu Gott, dem Nächsten und sich selbst steht.

Der Mensch trägt vermutlich immer noch schwer an seinem tierischen Erbe. Die meisten Menschen befinden sich – ähnlich wie die meisten Tiere – immer noch permanent im Wettkampf mit allen anderen. Bei allem, was sie tun, versuchen sie bewusst oder unbewusst besser als die anderen zu sein: z. B. durch körperliche Schönheit und Stärke, durch Leistung und Erfolg, durch Besitz und Macht, durch Wichtigtuerei und Besserwisserei, durch spirituelle Arroganz und durch Gewalt.

Bei den Tieren bringt so ein Verhalten Vorteile: Wenn man eine höhere Stufe in der Rangordnung hat, bekommt man mehr Fressen und mehr Sex. Bedauerlicherweise verhält sich das beim Homo sapiens oft auch noch genauso. Es ist erschreckend zu sehen, dass auch heute noch viele Menschen bei ihrem Versuch, die Rangordnung in ihrem Sinne zu klären, den Tieren sehr ähneln. Mit der liebevollen Begegnung intelligenter Menschen hat das nicht viel zu tun.

In diesem Kontext erscheint wirkliche Freundschaft wie eine rettende Insel bzw. wie eine lebensspendende Oase inmitten einer aggressiven

Welt mit unzähligen Egomane um einen herum. Der ständige Kampf hat jetzt Pause. Man darf so sein, wie man ist. Und man wird plötzlich wertgeschätzt. Man erfährt Offenheit und Verständnis, Anerkennung und Liebe. Die Einsamkeit seines Gefängnisses ist überwunden. Man erlebt Gemeinschaft und Verbundenheit mit einem anderen Menschen – und das sogar in der greifbaren Wirklichkeit.

Freundschaftliche Liebe kann man auch als die eigene Antwort des Menschen auf seinen Schrei nach Liebe bezeichnen.

Freundschaft ist die ausgezeichnete Möglichkeit in seinem Leben, mit einem anderen Menschen einen liebevollen Umgang zu erfahren. Vielleicht ist diese Erfahrung von Liebe nicht so ekstatisch wie z. B. die Erfahrung durch Sexualität, Drogen oder manche religiöse Praktiken. Dafür aber ist sie real und beständig. Freundschaft erscheint in Bezug auf die Liebe vielleicht nicht als die höchste Erfüllung im Leben, aber sie vermag das Leben jeden Augenblick neu mit Verständnis und Liebe erfüllen.

Freundschaft kann jeden Menschen auf seinem Weg durch das Leben begleiten. Freunde können einen stärken, Mut machen oder einen auch von etwas abraten. Freunde können helfen und inspirieren. Freunde dürfen und müssen kritisieren und wir auch umgekehrt. Der französische Schriftsteller François de La Rochefoucauld beschreibt das so: *„Auf der höchsten Stufe der Freundschaft offenbaren wir dem Freunde nicht unsere Fehler, sondern die seinen.“*

Wirkliche Freundschaft – und dadurch unterscheidet sie sich deutlich von Bekanntschaft - funktioniert nur dann, wenn Freunde ehrlich und offen zueinander sind, wenn zwei Menschen aufhören, sich mit Wettkampftaktik und Verslossenheit zu begegnen.

Bekannte behalten meist ihre gesellschaftliche Maske auf. Die eigene Persönlichkeit mit all ihren Stärken und Schwächen bleibt stets im Verborgenen, auch wenn man die Phase oberflächlicher Höflichkeiten verlassen und auf freundliches Miteinander umgeschaltet hat. Bekanntschaften sind häufig „Schön-Wetter-Veranstaltungen“, die das Problematische scheuen und meist dem unterhaltsamen Zeitvertreib dienen. Bekanntschaften erinnern eher an Show und viel weniger an Verlässlichkeit. Sie haben nur wenig mit Freundschaft gemein und sollten mit dieser nicht verwechselt werden, sonst entsteht Enttäuschung.

Wirkliche Freunde bleiben nicht in ihrer Egozentrik und in ihrem Egois-

mus gefangen, sondern entwickeln Empathie und Großmut.

Wahre Freunde dürfen nicht einseitig sein. Sie müssen konstruktiv und intelligent mit scheinbaren Gegensätzen umgehen können. Denn Freundschaft braucht zum Beispiel Ernsthaftigkeit und Humor, Nähe und Abstand, Gemeinsamkeit und Verschiedenheit, Vertrauen und Hinterfragen, Lob und Kritik, Harmonie und Streitkultur, Rücksichtnahme und Herausforderung, Geben und Empfangen.

Die Kunst, ein wahrer Freund zu sein, besteht in der Überwindung seiner egoistischen Einseitigkeit und in der Fähigkeit, seinem Freund im Sinne wirklicher Freundschaft immer wieder neu angemessen zu begegnen.

Der US-amerikanische Philosoph Ralph Waldo Emerson sagt etwas Bemerkenswertes über Freunde: „*Der beste Weg einen Freund zu haben, ist der, selber einer zu sein.*“

Das ist wahr, aber leider nur die halbe Wahrheit. Denn Freundschaft braucht immer zwei Menschen. Besitzt nur einer von beiden nicht die Befähigung zu wirklicher Freundschaft, dann wird sie misslingen. Der einzige Weg, Freunde zu sein, ist der, gegenseitig ein Freund zu sein.

Tabus bei Freundschaften

"Freunde sind verkleidete Feinde.

Du kannst keinem einzigen trauen."

(aus dem Film Oliver Twist)

Beispiel für ein Tabu:

Es gibt Firmen, deren Marktstrategie ist, dass ihre Produkte in Freundeskreisen angeboten und verkauft werden, quasi von Freund zu Freund. Dazu zählen Plastikdosen, Haushalts-Equipment, Versicherungspakete etc. Ist der Freundeskreis erst einmal erschlossen, verdient der Verkäufer meistens nicht mehr viel, so dass er auf seiner Einstiegs-Ware sitzen bleibt. Hat er aber den ein oder anderen aus seinem Umkreis angeworben, damit der wiederum seinen eigenen Freundeskreis markttechnisch erschließt, freut sich der Konzern, „hangelt“ er sich so doch durch zahlreiche Freundeskreise. Die Provisionen für den Anwerber sind nicht berau-

schend und versiegen relativ bald. Nur ganz wenige schaffen es, in diesem Schneeballsystem als Vorzeige-Verkäufer zu überleben. Die anderen müssen sich eine neue Tätigkeit suchen.

Wer einmal mit solch einem auf der Anwerbe-Veranstaltung in höchsten Tönen umschriebenen Vertriebsprinzip in Berührung gekommen ist, weiß, welch schaler Geschmack zurückbleibt, wenn einem mit dem nötigen Abstand bewusst wird, dass man sich für die wirtschaftlichen Interessen anderer hat benutzen lassen und seine eigenen Freunde zum Kauf indirekt genötigt hat. Freundschaft sollte mit solcher Art von Verdienen an dem Freund nichts zu tun haben.

Natürlich kann man gegenseitig auch „Geschäfte“ machen, natürlich kann man seinen Freund auch (angemessen) verdienen lassen. Aber das oberste Gebot sollte dabei immer die Ausgewogenheit von Geben und Nehmen sein. Keiner sollte versuchen, den anderen über den Tisch zu ziehen!

Es kann nicht sein, dass sich einer von beiden in „Verkäufer-Manier“ verhält, stets zu handeln versucht, in seinem Interesse Dinge verschweigt, den anderen übervorteilt und vielleicht sogar betrügt. Von einem Freund erwartet man Ehrlichkeit und keine Verschlagenheit, Kooperation und keinen Wettkampf. Das Vorenthalten von Informationen, das Nicht-Teilen von Wissen oder sogar das Lügen zum eigenen Vorteil sind Verhaltensweisen, die in einer Freundschaft überhaupt nichts zu suchen haben. Neid, Missgunst, Eifersucht, Übelwollen, Hinterfotzigkeit, Kritikunfähigkeit, Bequemlichkeit, Herumeiern, Egoismus und Egozentrik sind Tabus, nicht nur in der Freundschaft, sondern auch in der Bekanntschaft. Andere als Bekannte oder sogar als Freunde haben zu können, ist ein Geschenk, das man nicht mit den Füßen seiner Habgier oder Hinterlist treten sollte.

Freundschaft für Fortgeschrittene

Freunde gibt es nicht.
Bekannte vielleicht,
die versuchen,
eine Zeit lang Dein Freund zu sein.
Zeiten ändern sich,

so auch Deine befreundeten Bekannten.

Deshalb gibt es leider keine Freunde.

Besser gesagt:

wir sind zu doof dafür,

zumindest im Moment!

Es gibt mehrere Säulen, auf die ein gelingendes Leben aufbaut: An erster Stelle sind dies natürlich Gesundheit und die Befriedigung der existenziellen Bedürfnisse. Dazu kommt eine möglichst gute Beziehung zu seinen Eltern, zu seiner Familie, zu seinem Partner und zu seinen Kindern. Daneben aber gibt es eine Säule mit ebenso fundamentaler Wichtigkeit: echte Freundschaft.

Freundschaft vermag mögliche Versäumnisse in anderen Bereichen auszugleichen. Für ein gelingendes und glückliches Leben ist eine nachhaltige, aufrichtige und ernsthafte Freundschaft unverzichtbar.

Ein Mensch, mit dem man ganz persönliche Geheimnisse und Erkenntnisse verständnisvoll teilen kann, der einen besonders auch in schwierigen Zeiten erträgt, der auch dann liebevoll mit einem umgeht, wenn man sich selber gerade lieblos verhält, mit dem man um den richtigen Weg konstruktiv ringen kann, bei dem man sich mit seinen eigenen Meinungen ausprobieren darf, der den Mut hat, einem auch Kritik und unangenehme Wahrheiten mitzuteilen, der einen unabhängig von konkreten Situationen wertschätzt, der die Ebene des unbegrenzten Vertrauens nicht verlässt, auch wenn man sich längere Zeit nicht begegnet, der sich stets um Einfühlungsvermögen und Verständnis bemüht, ein solcher Mensch ist ein unglaublich wertvoller Schatz im Leben.

Ein solcher Freund stützt einen in den Augenblicken, in denen man selber nicht standhaft ist. Er vermag das Leben lebenswert zu machen.

Ein solcher Freund ist wie ein Licht in der Dunkelheit. Er gibt Orientierung und Wärme und vermittelt einem die Gewissheit, nicht alleine zu sein, egal was passiert.

Ein solcher Freund kann auf seine ganz eigene Art und Weise der wichtigste Mensch im Leben sein, ohne den familiären Bindungen jemals im Weg zu stehen oder ihnen in irgendeiner Weise den Rang abzulaufen. Oft ist es

genau solch ein Freund, der einem in Augenblicken der Krise – auch in familiären Krisen – mit segensreichem Abstand die notwendige Inspiration und Klarheit vermitteln kann.

Ein solcher Freund kann einem dabei helfen, Empathie und Kritikfähigkeit, Offenheit und Lernbereitschaft, Kommunikation und Kooperation durch Praxis zu vertiefen.

Ein solcher Freund ist jemand, der keine Spiele mit einem spielt, der einem stets in Verbundenheit zu begegnen versucht und auf den man sich verlassen kann.

Nur solch ein Freund ist ein Freund, ein wahrhaft Liebender, wie die ursprüngliche Bedeutung des Wortes Freund ist.

Schade, dass der Wert wirklicher Freundschaft oft viel zu wenig gesehen wird und somit viel zu wenig Aufmerksamkeit, Pflege und Wertschätzung erfährt, weil einem vieles andere als wichtiger erscheint.

Leider sind diese wirklich tiefen freundschaftlichen Begegnungen zwischen Menschen oft nur temporäre, also vorübergehende Begebenheiten. So als würde man für einen bestimmten Zeitraum den Rollladen der persönlichen Maske hochziehen und dann aus irgendwelchen Gründen wieder runterlassen, was zumindest für einen der beiden dann sehr schmerzhaft ist.

Beispiel für temporäre Freundschaft:

Wenn Menschen Probleme haben und dringend Hilfe benötigen, dann kann es sein, dass sie sich ihrem Bekannten oder Freund gegenüber (plötzlich) sehr weit öffnen. Möglicherweise lassen sie in ihrer Verletztheit, Einsamkeit und Verzweiflung viele der sonst üblichen Begrenzungen und Mauern der familiären und gesellschaflichen Etiketten fallen und erlauben sehr tiefe, unverstellte Einblicke in ihre Persönlichkeit. Sehr intensive, sehr nahe Begegnungen und umfassender Austausch werden so möglich.

Wer in solchen Krisen-Situationen einen wirklichen Freund als Gegenüber hat, der mit Empathie und mit Verstand, mit Ernsthaftigkeit und mit Wahrhaftigkeit, mit Fingerspitzengefühl und mit Anstand, mit Verantwortungsgefühl und sich vor allem in Uneigennützigkeit um einen kümmert, kann sich glücklich schätzen. Etwas Besseres, als in schwierigen Lebenssituationen von solch einem Freund angenommen zu sein, kann einem

nicht passieren! Nicht selten gelingt es einem dann, viel bewusster und zielgerichteter eine Krise zu bewältigen. Zumindest ist man nicht alleine!

Verhängnisvoll ist nur, wenn man dann, wenn es einem wieder besser geht, die offene Tür zu seinem Freund teilweise wieder schließt und die begrenzenden Rollläden der eigenen Maske und Etikette wieder runterlässt. Wirklich tiefe und ehrliche Begegnungen sind dann nicht mehr möglich, weil zu viel anderes plötzlich wieder dazwischen steht. Das betrifft auch die so wichtige gegenseitige Kritik. Die ist nur dann möglich, wenn beide Seiten wirklich offen und besonnen sind: Der, der kritisiert, muss dies mit Empathie und Bedacht tun, mit dem einzigen Ziel, dem anderen durch „den Spiegel“ zu helfen. Der, der kritisiert wird, muss dazu bereit sein, sich kritisieren zu lassen und die Kritik angemessen und fruchtbringend zu berücksichtigen, auch wenn es sich um eine unbequeme Sicht handelt. Erfüllt einer der beiden diese Voraussetzung nicht mehr, dann muss im Grunde genommen auf diese Form direkter Kritik verzichtet werden, da man sonst sogar das inzwischen wieder auf Bekanntschaft herabgestufte Verhältnis gefährden könnte.

Für den Freund, der einem in den schlechten Zeiten verständnisvoll zur Seite gestanden hat – dessen Offenheit völlig unabhängig von jedweder Krise war, dessen Offenheit für ihn selbstverständlicher Standard und authentische Normalverfassung war und ist – für diesen Freund bedeutet das Runterlassen der Persönlichkeits-Rollläden durch den anderen einen völligen Rückschritt. Für ihn fühlt sich der neue Zustand wie ein Vertrauensbruch an. Auch wenn dies dem Gegenüber weder bewusst noch von ihm gewollt ist. Der hat ja lediglich auf seinen gewohnten Normalzustand runtergefahren. Tatsache ist dennoch, dass das zeitweilig sehr tiefe Vertrauensverhältnis auf ein schnödes Bekanntschaftsverhältnis zurückgeschrumpft ist.

Dass diese Entwicklung Leid mit sich bringt, versteht sich von selbst. Das aber bekommt der Wiedergenesene oft gar nicht mit. Denn der fühlt sich inzwischen nicht länger mehr einsam. Stattdessen rudert er nun wieder mit vielen gesellschaftlich konformen Verhaltensweisen durch seine reparierte Welt. Kommunikation hat einen anderen Stellenwert erhalten. Einsam zurück bleibt jetzt nur der wirkliche Freund!

Menschen sind für nachhaltige Freundschaft oft zu oberflächlich und zu unbewusst, also im Grunde genommen ganz einfach nur zu doof! Oft be-

dienen sie sich tiefer Freundschaft, wenn diese überlebenswichtig erscheint, bemühen sich dann aber nur halbherzig darum, den wahrhaft unbegrenzten Blick tatsächlich auch beizubehalten. Das Aufrechterhalten des Kontakts ändert daran nichts. Die Begrenzungen die (dann wieder) zwischen zwei Menschen stehen und diese nicht wirklich offen sein lassen, sind wie der Beton einer von Etiketten durchwachsenen Bekanntheit und nicht die Stützen tiefer Freundschaft.

Vielleicht verstehen viele Menschen auch ganz einfach nicht, dass wirkliche Freundschaft eine unantastbare Sonderrolle einnehmen kann, dass Freundschaft mit ihrer grenzenlosen Offenheit und mit ihrem unermesslichen Vertrauen, mit ihren tiefen Begegnungen zu einem anderen Menschen niemals im Gegensatz zu irgendeiner anderen (z. B. einer familiären oder einer partnerschaftlichen) Beziehung stehen muss. Oft wird geglaubt, diese Beziehungen einseitig bevorzugen zu müssen. Das geht solange gut, bis die nächste familiäre Krise kommt.

Wirkliche Freundschaft hat es niemals verdient – weil es für einen intelligenten Menschen mit aber auch nichts zu rechtfertigen wäre – für irgendetwas anderes geopfert zu werden. Glaubt man das, ist man ganz einfach zu doof für Freundschaft.

Freundschaft ist die konkrete, erlernbare Möglichkeit, eine sehr tiefe Verbindung zu einem anderen Menschen über alle Zeiten und Veränderungen hinweg erfahren zu können.

Wenn man jung ist, glaubt man, viele Freunde zu haben. Wenn man alt ist, beginnt man (vielleicht) zu verstehen, was Freundschaft wirklich bedeutet. Hoffentlich hat man dann (überhaupt) noch einen Freund!

Freundschaft ist im Leben wohl der wahrscheinlichste Weg, nachhaltige Verbundenheit mit einem anderen Menschen erfahren zu können, vor allem auch deshalb, weil sie nicht von so wesentlichen Elementen wie z. B. von Sexualität, von wirtschaftlicher Existenzsicherung, von der Erziehung gemeinsamer Kinder oder von Rahmenbedingungen irgendwelcher anderen Partnerschaftsformen abhängt.

Sollten solche möglichen Störfaktoren (plötzlich) doch eine Rolle spielen, dann droht der Freundschaft auf Dauer das Scheitern, besonders dann, wenn auch nur einem der Beteiligten die notwendige Reife für gleichzeitige partnerschaftliche und freundschaftliche Liebe fehlt. Um das Geschenk wahrer Freundschaft zu erhalten, müssen beide in ihrem Herzen offen sein

und bleiben und sich stets tabulos darum bemühen.

Die deutsche Künstlerin – mit marokkanischen Wurzeln – „Namika“ benutzt in ihrem tollen Lied den wunderbaren Begriff des „Lieblingsmenschen“, der auch dann Bescheid wisse, wenn man schweige, bei dem schon ein Blick ganz einfach reiche.

Im Refrain des gleichnamigen Liedes heißt es:

„Hallo Lieblingsmensch!

Ein Riesenkompliment, dafür dass du mich so gut kennst.

Bei dir kann ich ich sein,

verträumt und verrückt sein

na na na na na na - Danke Lieblingsmensch!

Schön, dass wir uns kennen.“

(„Lieblingsmensch“, Namika - Hanan Hamdi, marokkanisch-deutsche Sängerin, Label: Jive Germany, 7. August 2015)

Man kann jedem nur wünschen, dass er seinen persönlichen Lieblingsmenschen findet, der reif und klar, der uneigennützig und verantwortungsvoll, der besonnen und verständnisvoll, der einfühlsam und liebevoll ist.

Eigentlich sollten Menschen wirkliche Freundschaft ja doch können. Sie müssen sich allerdings darum bemühen und ganz einfach nicht mehr doof anstellen!