

Was weißt du Gutes über deinen Ehepartner (deinen Nächsten) zu sagen?

Zwei verzweifelte Menschen sitzen vor mir: Ein Ehepaar. Was finden Sie Gutes an Ihrem Mann?, frage ich die Frau. Noch bevor sie anfängt, allen Frust abzuladen, kommen dem Mann die Tränen. Sie scheinen einen sensiblen Mann zu haben, bringe ich ein. Die Frau ist sauer: Sensibel? Ja, für andere. Dem Geschäft rennt er nach - oder aber es will sonst jemand etwas von ihm. Aber zu Hause leben wir wie auf einer Baustelle. Dort regelt er nichts, absolut nichts. Tief verbittert klagt sie ihr Leid. Als der Mann sich verteidigen will, hat er kaum eine Chance. Doch auch er ist verbittert. Jeder versucht, sein Bestes zu geben - und bekommt scheinbar vom anderen nichts zurück.

Ein ganz normales Ehepaar? Leider ist es so! Oftmals klagt man einander an und begrenzt damit die Fähigkeit, etwas zu verändern. Denn Frust blockiert Kraft und Freude, etwas anzupacken oder zum Positiven zu wenden.

- Wann haben Sie zum letzten Mal etwas Gutes über ihren Partner gesagt? Das kommt darauf an, wie lange man miteinander verheiratet ist, antwortete mir ein Mann. Nach der Hochzeit hätte ich Ihnen viele Qualitäten aufzählen können. Wahrscheinlich hat sie diese immer noch, aber sie wendet sie hauptsächlich bei anderen Menschen an.

Können Sie konkreter werden?, bat ich ihn. Das ist eigentlich sehr einfach, lachte er. Sie verteilt gerne Lob. Sie bewundert Männer, die Kinderwagen schieben und auf Spielplätzen sitzen, zeigt mir den Nachbarn, wie er seiner Frau den Arm beim Spaziergehen hinhält, erzählt mir vom Mann der Freundin, wieviel Taschengeld er ihr gibt bei ähnlichem Gehalt, das ich bekomme...

- Früher einmal bemühte sich meine Frau, mir pünktlich das Essen zuzubereiten, wenn ich mittags kurz nach Hause kam. Heute verweist sie mich auf die Tiefkühltruhe. Als wir frisch verheiratet waren und ich abends müde nach Hause kam, durfte ich ein wenig ausruhen, bevor sie mich an den verstopften Siphon, die unaufgeräumte Garage oder den ungemähten Rasen erinnerte. Tja, früher... es war einmal..., seufzte er, da war vieles anders. Damals freute sie sich, wenn ich abends nach Hause kam.

...Damals! Wie hat sich so viel geändert, bei uns allen! Was hätte mir wohl die Frau des Mannes erzählt, wäre ich ihr begegnet? Was mich an meinem Mann faszinierte? Ganz einfach! Seine Freundlichkeit, seine Hilfsbereitschaft, seine Gabe, Komplimente zu machen, die Weise, wie er mir zuhört, seine mitfühlende Art. Und hätte ich sie fragen können, ob ihr Mann heute noch so sei, hätte ich erfahren: Oja, freundlich ist er immer noch! Er grüßt die Nachbarn, er ist allgemein beliebt, er verteilt gerne Komplimente, immer noch ist er ein guter Zuhörer - und mitfühlend? Absolut Ja! Er könnte niemandem etwas zu Leide tun. Hilfsbereitschaft ist immer noch seine Stärke. Er ist kaum zu Hause, weil er jedem helfen will.

- Und wie ist es bei Ihnen?, würde ich dann weiterfragen. Bei mir hat alles stark nachgelassen. Am Anfang, das war so etwas wie ein Traum. Aber heute hört er mir überhaupt nicht mehr zu. Komplimente hat es schon lange nicht mehr gegeben. Ob er mich liebt? Ich frage schon lange nicht mehr nach. Die Antwort kenne ich schon.

Lob, Essen und Ruhe, betitelte Walter Trobisch einmal die einfachen Wünsche des Mannes. Anfänglich erscheinen diese Worte zu primitiv, um sich damit zu beschäftigen. Und doch ernährt sich unsere Seele von dem, was sie vom Partner erhält. Wir denken zu wenig über das Gute nach, das wir vom anderen haben. Was uns nicht passt, geht uns leichter über die Lippen als das Danke für Erledigtes. Leider nehmen wir selten wahr, was an Gutem geschieht, weil alles, was funktioniert, eher unauffällig geschieht.

- Die Frau, die sich jahrelang um pünktliche Mahlzeiten bemüht und selten dafür einen Dank bekommen hat, ist nicht mehr so sonderlich motiviert zu kochen. Die Rüge, wenn sie sich um ein paar Minuten verspätet, wird sie daran hindern, sich weitere Mühe zu geben. Der Mann aber wird sich möglicherweise zurückziehen und nicht mit ihr sprechen wollen, weil sie ihm nicht gibt, was er einklagt. Für die meisten Frauen ist das Gespräch wichtig, um den Platz am Herzen des Mannes zu wissen. Sprechen ist für die Frau wichtiger als essen. Durch Gespräch entwickelt sie Nähe zu einem Menschen, fühlt sich angenommen.

Und wie ist es mit Komplimenten? Ja, früher wusste er zu allem etwas, würden Sie sich vielleicht als Frau begeistern. Er fand meine Haare seidenweich, meine Figur bezaubernd, mich selbst faszinierend. Und er sagte das auch. Heute macht er nur anderen Komplimente. Bei mir reicht es höchstens zu lustigen Bemerkungen. Dabei kann ich nicht allen Charme verloren haben, denn von anderen höre ich manches, was mir gut tut.

- Was würden Sie sich von Ihrem Mann wünschen, könnten Sie ihn verändern?, frage ich immer wieder verheiratete Frauen.

Auf Platz 1 steht meistens die Sehnsucht, angenommen und geliebt zu werden:

Eine junge Frau drückte es so aus: Ich möchte nicht nur akzeptiert von ihm sein, sondern wirklich Bedeutung für ihn haben, so als könnte er ohne mich nicht leben - einfach der wichtigste Mensch auf der Welt für ihn sein. Ich muss fühlen, dass ich einen Platz an seinem Herzen und in seinen Gedanken habe.

Platz 2 ist das Gespräch:

- Eine ältere Frau meinte:

Es würde mir genügen, wenn er sich mir immer wieder zuwenden würde und mich wahrnähme.

Solange wir noch miteinander reden können, ist unsere Ehe lebendig, sagte eine andere Frau.

Wenn er mir einfach zuhören würde, wäre alles wieder gut, schluchzte eine Frau unter Tränen.

Platz 3 Bewunderung:

Dass wir keine Märchenprinzessin sind, wissen wir alle. Und trotzdem wollen wir so ein kleines bisschen für unseren Mann diese Rolle spielen. Wir möchten von ihm bewundert werden. Genau dazu schmücken wir uns, kaufen uns etwas, was uns gefällt - und auch ihm gefallen soll.

- Zu Anfang des Zusammenlebens behalten wir oft unsere Liebeshwürdigkeit. Aber wenn sich der Partner aus Enttäuschung zurückzieht, kommt auch bei uns der Rückzug. Wenn er nicht lobt, warum sollte ich es tun? Wenn er nur motzt, warum sollte ich mich bemühen? Wenn ich ihm nicht wichtig bin, warum sollte er mir dann wichtig sein?

Ist etwas Gutes, dem denket nach, fordert uns der Apostel Paulus in Philipper 4,8b auf. Wahrscheinlich waren die Menschen damals ebenso vergesslich, das Gute zu erwähnen, wie wir heute. Wir sollten mehr darum bitten, dass der Heilige Geist uns daran erinnert, dem anderen das Gute nicht vorzuenthalten. O dass wir doch mit Gottes Hilfe die Bedürfnisse des anderen sehen könnten, statt dauernd auf die Defizite zu starren, unter denen wir selbst leiden!

Zum Nachdenken:

Wer sich leer geschenkt hat, hat nichts mehr zu geben. Und der Verwundete braucht selbst Hilfe. Aber wir haben einen Gott, der auffüllt, und einen Arzt, der heilen kann.

Gebet:

- Herr, ich leide. Du weißt, wie oft ich verletzt bin, wie einsam ich mich fühle. Aber ich traue dir zu, dass du meine Verletzungen heilst. Ich zeige dir mein Herz mit allen Defiziten und all meinem Mangel. Fülle du mich neu mit deiner Liebe, denn aus mir selbst habe ich keine Kraft zur Veränderung. Mache du mich fähig, mit deinen Augen meinen Ehepartner zu sehen und seinen Mangel zu erkennen. Gib mir, was ich brauche zum Weitergeben, denn ich habe nichts in meinen Händen.

Merke:

Wir brauchen Gottes Erleuchtung, um unsere Ehe recht führen zu können. Und darum dürfen wir bitten.

Ruth Heil