

13.08.2024 um 06:30 Uhr

hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Rüdiger Kohl,

Evangelischer Pfarrer, Theologischer Referent der Stellvertretenden Kirchenpräsidentin der EKHN

Freundschaft ist Liebe

Mein Freund Matthias und ich kennen uns schon seit der zweiten Klasse. Was haben wir nicht schon alles gemeinsam erlebt. Als wir nach ein paar Monaten ohne Kontakt mal wieder telefonieren, sagt er: „Ich glaube, ich habe es dir noch gar nicht gesagt: Ich habe mich von Simone getrennt. Ich bin jetzt bei meinem Bruder untergekommen. In drei Wochen beziehe ich eine neue Wohnung.“

Ich sage ihm, wie leid mir das tut, dass er sich von seiner Frau getrennt hat. Als wir auflegen, merke ich: Was ich gehört habe, hat mich erschrocken. Denn ich kann mir vorstellen, wie schwer die Trennung für die ganze Familie ist.

Wie kann ich die Freundschaft wieder intensiver gestalten?

Ich bin auch erschrocken, weil Matthias mir das Ganze nicht schon früher erzählt hat. Und mich außen vor gelassen hat. Ich hätte ihm in dieser Zeit gerne zur Seite gestanden. Ich frage mich: Wie steht es um unsere Freundschaft? Wie kann ich unsere Freundschaft wieder intensiver gestalten?

Einer, der sich mit Freundschaften auskennt, ist der Psychologe Wolfgang Krüger. Eine Beziehung wie zu Matthias nennt er in seinen Büchern eine „Herzensfreundschaft“ ^[1] Davon hat man höchstens drei.

Herzensfreundschaften

Das Wort „Herzensfreundschaft“ gefällt mir. Denn es beschreibt Freundinnen und Freunde, auf die ich mich absolut verlassen kann. Denen ich alles erzählen kann. Die mir im Laufe der Zeit ans Herz gewachsen sind. Das Wort „Herzensfreundschaft“ erinnert mich daran: Freundschaft ist eine Form der Liebe.

Für mich ist die Liebe ein großes Geschenk Gottes. Gott traut mir zu, dieses kostbare Geschenk der Liebe im Leben zu bewahren und weiterzugeben. Auch in Freundschaften. Im Lauf meines Lebens merke ich immer wieder: Wenn ich keine Freundschaft hätte, würde mir etwas Wesentliches fehlen. Es stimmt, was Wolfgang Krüger schreibt: „Wir haben als Menschen zwei Schwachstellen, Einsamkeit und Unsicherheit. Freundschaft ist für beides die beste Kur. Man ist glücklicher. Man ist gesünder.“^[2]

„Schreiben Sie einen Freundesbrief“

Die Freundschaft zu Matthias bedeutet mir sehr viel. Was kann ich tun, um sie zu verbessern? Beim Experten Wolfgang Krüger lese ich den ungewöhnlichen Rat: „Schreiben Sie einen Freundesbrief. Sie könnten darin widerspiegeln, was Ihnen an dem Freund oder der Freundin besonders gefällt. Vielleicht gibt es einen Jahrestag des Kennenlernens? Das wäre eine Gelegenheit, dem anderen Menschen zu offenbaren, wie sehr Sie beeindruckt hat, was er in den vergangenen zwölf Monaten gemeistert hat. Eine Krankheit überstanden. Oder berufliche Herausforderungen gemeistert.“^[3]

Dieser Ratschlag hat mich angeregt, meinem Freund Matthias eine Nachricht zu schreiben. Ich habe sie so angefangen: „Lieber Matthias, ich weiß, du machst Schweres durch. Du hast eine Entscheidung getroffen und neue Perspektiven gesehen. Erzähle mir gerne mehr davon. Du weißt doch, du musst das nicht mit dir alleine ausmachen.“

Ich bin gespannt, wie er reagiert. Und hoffe, unsere Herzensfreundschaft bleibt noch lange bestehen.

^[1] Wolfgang Krüger, Freundschaft. Beginnen – verbessern – gestalten, Norderstedt 2020, Seite 29.

^[2] tkgesundheitspodigee.io/45-freundschaften-warum-sie-unser-leben-verlangern-konnen-mit-dr-wolfgang-kruger

^[3] Wolfgang Krüger, Freundschaft, Seite 73f.