

15.06.2022 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Dr. Barbara Brüning,

Katholische Journalistin, Autorin und Systemische Familienberaterin, Frankfurt

Veränderung braucht Vertrauen

„Menschen verändern sich nicht.“ Den Satz hab ich schon oft gehört. Aber manchmal verändern sich Menschen eben doch. Eine Freundin zum Beispiel. Sie hat sich verliebt. Blitzartig. Sie hatte damit nicht gerechnet und es auch nicht gesucht. Aber es hat alles in Frage gestellt. Ihre Beziehung. Ihre Vorlieben. Ihre Lebensziele. Sie hat Freunde verloren und andere gewonnen.

Veränderung, wo es keiner erwartet hätte

Aber daneben gibt es doch auch die Erfahrung, dass Menschen sich langsam verändern. Es sind oft Ideen, Gedanken, Zusammenhänge, die aufblitzen und einen nicht mehr verlassen. Man ist danach ein anderer Mensch als zuvor. Aber bis sich das im Leben zeigt und andere es merken, vergeht viel Zeit. Ein Freund von mir hatte nie gerne Menschen um sich. Er hat sehr zurück gezogen gelebt. Aber er war damit unzufrieden. Plötzlich hat er eine Anzeige gelesen: Smalltalk kann man lernen. Stand da. Und er hat es gelernt. Er ist immer noch gerne alleine. Aber er hat jetzt eine Freundin. Und sie gehen zusammen aus. – Das wäre früher nicht denkbar gewesen.

Als Einzelgänger plötzlich unter Menschen?

Es war nicht einfach. Und da zeigt sich in meinen Augen, warum solche Veränderungen nicht so einfach sind: Wenn man früher ein Einzelgänger war und nun Menschen um sich herumhaben möchte, dann ist man tatsächlich nicht mehr der- oder dieselbe wie vorher. Das ganze Leben ist betroffen. Man hat weniger Zeit zum Lesen und muss vielleicht mehr E-Mails schreiben oder mehr telefonieren. Wie wird sich das anfühlen?

Mit Liebe geht Veränderung viel leichter

Man muss neu vertrauen üben. Die Jünger Jesu, die auf seine Ansprache hin alles stehen und liegen gelassen haben, ihnen muss es genauso gegangen sein. Ja. Veränderung braucht großes Vertrauen. Es braucht den Mut, sichere und eingetretene Pfade zu verlassen. Nicht immer und nicht für jeden ist klar, warum man das tun sollte. In allen Fällen, in denen Liebe im Spiel ist, scheint es einfacher zu sein. Ich denke mir: Die Liebe selbst bedeutet, Vertrauen ins Leben zu haben. Und Liebe verspricht so viel Glück, dass die meisten nicht lange fragen. So hat es wohl auch meine Freundin erlebt. Und mit der Liebe ging die Veränderung plötzlich viel leichter.