



Quelle: Sasint – Pixabay

Echte Freunde

Dieser Tage habe ich meiner alten Schulfreundin Heni zum Geburtstag gratuliert. Ganz altmodisch, um 9.30 Uhr, über Festnetz und ohne Termindruck. Wir haben eine halbe Stunde angeregt telefoniert. Ich habe mich über ihre Stimme gefreut, die so vertraut ist und sich über die Jahre nicht geändert hat, über die kleinen sprachlichen Eigenheiten, die ich bei ihr so gut kenne, über ihr rauchiges Lachen. Es hat uns beiden so viel mehr gebracht als eine schnöde SMS, und ich freue mich jetzt noch über dieses Telefonat. Wir haben uns schon etwa vier Jahre nicht mehr getroffen, uns trennen 60 Kilometer und unsere Terminkalender passten einfach nicht zusammen. Aber das macht nichts. Ich glaube, wir hören erst auf, uns zum Geburtstag zu gratulieren und endlich wieder einmal ein Treffen zu planen, wenn eine von uns beiden tot umfällt.

Unser Telefonat war der Auslöser für viele Gedanken zum Thema Freundschaft. Das ist ja ein mit sehr hohen Erwartungen belastetes Thema. Freundschaften werden gepflegt, gelebt, genossen, schlafen ein, laufen sich tot, werden beendet oder gekündigt. Im besten Fall halten sie ein Leben lang. Aber auch die kurzen und ganz kurzen Freundschaften haben ihren Wert, je nach Situation sogar einen, an den man sich ein Leben lang gerne erinnert.

Fifty shades of Freundschaft

Fangen wir mal vorne an: Es gibt Sandkastenfreunde, Schulfreunde, Jugendfreunde, Sportfreunde, Studienfreunde jederlei Geschlechts. Es gibt alte Freunde, uralte Freunde, Ex-Freunde, frühere Freunde, sehr gute Freunde, Kameraden, Kumpel, gute Bekannte, flüchtige Bekannte. Die Möglichkeit, irgendeinen Freund zu haben, ist also ziemlich groß. Warum gibt es dann Menschen, die gar keine Freunde haben? Oder „nur“ einen? Vielleicht liegt es an der Erwartungshaltung, wie eine Freundschaft zu sein hat.

Es gibt ganz sicher einen Unterschied zwischen Männer- und Frauenfreundschaften, und dieser Text hier ist aufgrund meiner Erfahrung eher frauenfreundschaftslastig. Ich gestehe: Ich hatte noch nie eine Freundin, mit der ich mich zum Shoppen verabredet oder vor dem Spiegel neue Frisuren ausprobiert habe. Shoppen gehe ich, wenn überhaupt, am liebsten alleine, und ich nenne das „einkaufen“. Meine Frisur ist nur dann schon mal kurzes

Gesprächsthema, wenn ich die Farbe gewechselt habe. Zur Toilette gehe ich auch in Gaststätten alleine, und eine Frisuren- oder Klamottenshow „mit Mädels“ und flaschenweise Sektchen oder Ferrero-Dingens hat weder mich noch meine Freundinnen je interessiert. Wir alle kennen das überhaupt nicht, und ich halte das schlichtweg für eine Erfindung der Werbung. Damit wird nämlich allen Frauen, die so stinknormale Freundschaften haben wie wir, ständig suggeriert, dass mit uns *als Frauen* etwas nicht stimmt. Echte Frauen gehen am liebsten zu zweit zur Toilette, kaufen ständig Schuhe, trinken Prosecco, kichern immer blöde, kaufen dauernd Klamotten und sind somit geistig eher sehr schlicht gestrickt. Nicht wahr?

Männer hingegen haben nur langjährige und zuverlässige Freunde. Mit denen treffen sie sich ganz selten, verstehen sich gerade deshalb blendend und trinken dann gerne mal beredsam-schweigend ein Bier miteinander. Entweder grün-braun-robust gekleidet irgendwo in der Natur, oder mit angewinkeltm Bein, Ellbogen aufgestützt auf einem Tresen in einer guten Kneipe, mit wohlwollendem Köbes im Hintergrund, der verständnisvoll-lächelnd ungefragt nachschenkt. Man weiß halt, was man aneinander hat und kann sich aufeinander verlassen. Sowohl auf den Freund, als auch auf den Köbes. Männer halt. Ohne zu reden, ohne Sekt, Schuhe und Süßkram. Allen Männern, die nicht über solche karierten Naturburschenkumpel verfügen, wird damit suggeriert, dass mit ihnen *als Mann* etwas nicht stimmt.

Was soll das?

Hier die kichernde Tussi-Mannschaft in pink in einer Glitzer- und Paillettenwelt, dort die schweisgsamen Outdoor-Wölfe. Damit soll uns auch deutlich vermittelt werden, dass diese beiden Welten so gar nicht zueinander passen. Was völliger Blödsinn ist, wenn man von der TV-Werbewelt absieht. Was aber damit erreicht wird, ist die Erwartungshaltung „Typisch Mann“ und „typisch Frau“. Mit dieser geistigen Haltung kann man wirklich jede noch so gute Beziehung kaputt-erwarten. Ich persönlich kenne nur Männer, die patente Frauen sehr schätzen und auch mit ihnen befreundet sein können. Denen es wichtiger ist, dass die Frau selbst Probleme lösen kann und das auch tut, statt nur rosa auf dem Sofa zu sitzen und auf seine Hilfe zu warten. Und ich kenne viele Frauen, die zumindest teilweise Freundschaften nach Herrenart führen: Man sieht sich lange nicht, knüpft da an, wo man beim letzten Mal aufgehört hat, interessiert sich für die andere, freut sich über ihre Erfolge und redet über viele Themen, wobei „typische“ Frauenthemen (Schönheit, Kleidung, Shoppingtipps, Männer) auf der Skala ganz weit hinten rangieren und meist aus Zeitgründen oder Desinteresse nicht einmal angerissen werden. Gut, Frauen reden vermutlich mehr...

Auf unserem Weg finden sich viele Wegbegleiter

Alte Freunde sind nicht automatisch gute oder beste Freunde. Jemanden lange zu kennen bedeutet nicht, dass man eine wirkliche Freundschaft pflegt. Freundschaften wandeln sich, so wie die Menschen auch. Mit 20 ist man nicht so wie mit 40 oder 70, und demzufolge wandeln sich auch die Begleiter, die an unserem Leben teilhaben. Manche Menschen sind nur eine Zeitlang „richtig“ bei uns, andere länger. Manche gehen, es kommen neue hinzu, manche bleiben. Es ist auch gar keine Boshaftigkeit, wenn Freundschaften enden, sondern oft ist einfach das gemeinsame Haltbarkeitsdatum abgelaufen. Überholte Freundschaften können aber auch über diesen Zeitpunkt hinaus am Leben erhalten und mit regelmäßigen, bewährten Wiederbelebungsmaßnahmen am Abnippeln gehindert werden. Keiner hat

wirklich etwas davon, aber man kann gemeinsam in bester Absicht so schön die Zeit totschiagen. Bis einer von beiden endlich geht.

Gute Freunde hingegen verbindet ganz viel und daran kann man eine echte Freundschaft auch erkennen: Respekt, liebevolles Interesse. Großzügigkeit im Gewährenlassen, im Anderssein. Freiheit und Unabhängigkeit. Freude. Hilfsbereitschaft.

Wir bleiben verbunden ...

Mir ist zum Beispiel heute aufgefallen, dass ich eine Handvoll Geburtstage von früheren Freunden immer noch im Kopf abgespeichert habe. Sie wurden oder haben sich verabschiedet, sind unter den totgelaufenen gelandet oder haben mit großem Knall gekündigt, oft schon vor langer Zeit. Ich freue mich dann, dass mein Gedächtnis noch so gut funktioniert, denke kurz an die *schönen* Momente mit diesem Menschen und wünsche demjenigen gedanklich einen schönen Tag. Alle Freundschaften haben mich in irgendeiner Weise beeinflusst, haben mir Erfahrungen, schöne Erlebnisse und oft auch wichtige Erkenntnisse gebracht. Von daher bin ich seit dieser Zeit mit all diesen Menschen verbunden, ob ich sie heute noch treffe oder nicht. Sie sind Teil meines Lebens gewesen und damit wichtig für meine Entwicklung. Jedem Einzelnen bin ich dankbar, niemandem grolle ich. Sie haben einfach nur getan, was sie tun mussten in meinem Leben, so kurz oder so lange es erforderlich war, so wie ich das bei anderen auch gemacht habe.

Freundschaften erhalten sich nicht von alleine. Wenn das Interesse an der jeweils anderen Person nicht *fühlbar* ist, wird es nicht funktionieren. Freundschaften *nutzen* niemandem, sie *tun gut*. Jede Form von Berechnung ist der Todesstoß für eine Freundschaft. Jemanden auszunutzen, zu lügen oder zu hintergehen ist ein unverzeihlicher Vertrauensbruch, denn Freundschaft beruht immer auf Freiwilligkeit, auf einem offenen Herzen und ehrlicher Zuneigung. Wenn das Interesse am anderen und das Wohlwollen stirbt, erlischt auch die Freundschaft. Mit Berechnung ist dabei von vorneherein ein giftiger Stachel gesetzt.

Die wichtigste Regel: Sei zuallererst selbst ein Freund

Aufrichtig freundlich sein ist der erste Schritt, denn er geht einher mit Offenheit, mit Interesse am anderen. Freundschaften kann man, ebenso wie die Liebe, nicht erzwingen. Aber man kann sich einlassen auf Menschen, kann seine innere Freude teilen. Mehr braucht es nicht. Und wenn ich davon überzeugt bin, dass das Leben selbst mein Freund ist, dann werde ich nie alleine sein. Dann bin ich mir selbst ein Freund, dann bin ich anderen ein Freund. Dann finde ich *freundliche* Menschen bei jeder Gelegenheit. Und ganz sicher auch Freunde, die lange bleiben wollen.

Heni ist übrigens meine ganz alte Schulfreundin. Ich kenne sie, seit ich mit 9 Jahren in der Sexta neben ihr saß. Ich freue mich immer noch darüber, wie schön wir miteinander auskommen, wie groß die Freude und der Spaß ist, wenn wir miteinander reden. Und wie leicht das ist, wenn man einfach mal zum Telefon greift.