



Kann man eigentlich zu viel lieben?

Weihnachten ist das Fest der Liebe. Wir erinnern uns daran, dass Gott für die Menschen seinen Sohn gegeben und der Sohn sich für die Menschen aufgeopfert hat. So erzählt es jedenfalls die Bibel. Und dort steht auch: „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst“. Ein hoher Anspruch. Sind wir nicht oft genug wütend auf Andere, vielleicht gerade auf diejenigen in unserem nächsten Umfeld, auf unseren Partner, auf die Kinder, die uns mal wieder enttäuscht haben? Und trotzdem wird die Liebe in der Bibel so hoch gesetzt, dass sie alles überstrahlt.

Aber was bedeutet Liebe im alltäglichen Umgang mit unserem Partner und unseren Kindern? Und werden wichtige Ziele unserer Erziehung, nämlich die Kinder zu selbstverantwortlichen jungen Menschen zu erziehen, vielleicht gar nicht erreicht, wenn wir immer nur „lieb“ zu ihnen sind?

In der modernen Entwicklungsforschung scheut man sich, den Begriff „Liebe“ zu verwenden. Dabei kommen alle einschlägigen Untersuchungen zu dem Ergebnis, dass Liebe, ausgedrückt in Zuwendung, Zeit zur Verfügung stellen und Wertschätzung vermitteln, die Grundlage für eine gelingende Entwicklung ist. Kinder, die in diesem Sinne geliebt werden, sind gesünder und widerstandsfähiger bis ins hohe Alter und Kinder, die diese Liebe, aus welchen Gründen auch immer, nicht erfahren, sind krankheitsanfälliger. Ein englischer Kinderpsychologe spricht vom „Glanz im Auge der Mutter“, eine schöne Umschreibung für die Freude, die Eltern beim Aufwachsen ihrer Kinder erleben. Diese Freude sollen sie auch ausdrücken. Denn der „Glanz“ wirkt zurück und macht unsere Kinder stark.

Eine so verstandene Liebe muss nicht blind sein. Sie fordert auch, setzt Grenzen und meidet nicht den Konflikt. Gerade wenn wir einen Menschen lieben, wenn wir uns in ihn einfühlen, sein Handeln, Denken und Fühlen erkennen, dann sehen wir auch die Irrwege, die er geht. Zu einer wahrhaftigen bzw. liebevollen Beziehung gehört dann auch, dass wir in diesem Fall Position beziehen und uns ggf. auch streiten. Liebe bedeutet also auch, dass ich mir gegenüber treu bleibe, meine Sicht der Dinge vertrete und nicht um des lieben Friedens willen beigebe, obwohl ich eigentlich eine andere Überzeugung habe. Dies gilt generell für Beziehungen. Wieviel mehr gilt dies dann auch für unsere Beziehungen zu unseren Kindern, für die wir unmittelbar Verantwortung tragen.

Der zweite Teil der Forderung, „Liebe deinen nächsten wie dich selbst“, wird gerne übersehen. Das heißt ja letztlich, ich soll mich selbst lieben. Nicht selbstverständlich und manchmal gar nicht so einfach, denn wie oft sind wir wütend auf uns selbst, hadern mit uns, weil wir irgendetwas, was uns wichtig war, nicht hinbekommen haben. Ein Fehltritt, eine Niederlage, das kann uns lange nachgehen, schlechte Laune machen und uns mitunter den Schlaf rauben. Liebe heißt eben auch, mit mir selbst liebevoll umzugehen, mir meine Fehler zu verzeihen, mir gut zuzureden, mir selbst Mut zu machen und auf mich zu achten.

Eltern, die abgehetzt oder frustriert aus ihrem Alltag in eine Erziehungssituation kommen, können kaum auf Kommando den Schalter umlegen und jetzt Liebe verströmen und vorbehaltlos zugewendet sein. Gerade wenn ich merke, ich werde schnell ungeduldig und fahre schnell aus der Haut, wird es dringend Zeit, mich mir zuzuwenden und besser für mich zu sorgen. Eine Haltung, die allerdings für moderne Eltern, die auf vielen Ebenen agieren und wenig Zeit haben, sehr schwer zu realisieren ist. Diese Haltung ist aber eben auch notwendig, dem gesunden Aufwachsen unserer Kinder wegen und um unserer selbst willen.

Die Antwort auf die eingangs gestellte Frage heißt also, nein, man kann nicht zu viel lieben. Wir dürfen aber Liebe nicht verwechseln mit einem kritiklosen Umgang untereinander, mit einer Beziehung ohne Auseinandersetzung. Streit ist dabei mitunter unvermeidbar. Dabei sollen wir aber nicht den Respekt und die Achtung vor unserem Gegenüber verlieren und müssen uns bewusst bleiben, dass er oder sie Gottes Geschöpf ist (um wieder biblisch zu werden), im Grundsatz gut ist und unsere Liebe verdient – so wie wir selbst auch.

Dr. Andreas Hundsalz