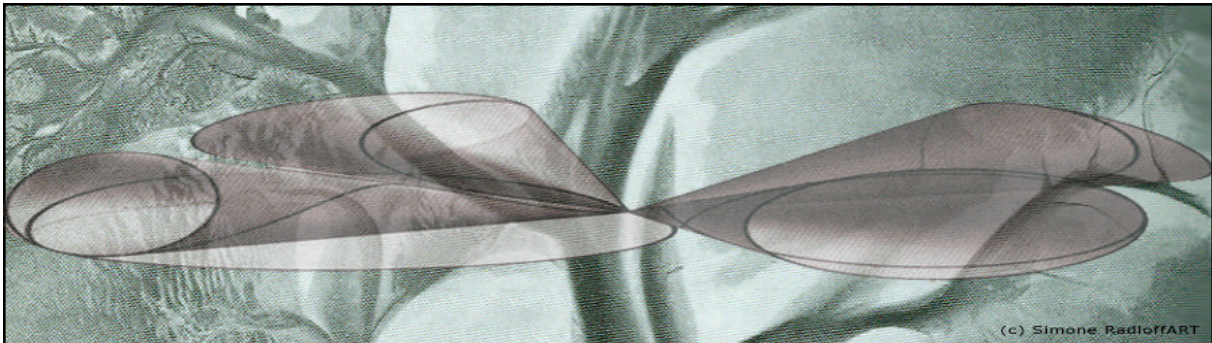


Partnerschaft – Wie aus einer Mücke ein Elefant wurde

© von Simone Radloff



Es ist ein Tag, wie jeder andere. Eine ganz banale Situation.

Peter und Helga sind von der Arbeit heim gekommen.

Peter ist leidenschaftlicher Hobbykoch. Wie gewohnt kocht er etwas Leckeres für das Abendessen. Helga hat eigentlich gar keine Lust auf etwas Gekochtes, lässt sich dann aber angesichts der verlockenden Düfte, die schon nach kurzer Zeit den Weg aus der Küche in ihre Nase finden, gern am Tisch nieder, um das Essen zu genießen.

Nach dem Essen entbrennt eine Diskussion darüber, wer denn nun die katastrophal aussehende Küche wieder aufräumt. Helga ist der Meinung, Peter hat das Chaos produziert, also soll er das gefälligst auch aufräumen. Schließlich ist sie gestresst von der Arbeit und nun müde. Da hat sie keine Lust noch eine Stunde die Küche wieder auf Vordermann zu bringen. Peter steht auf dem Standpunkt, er hat ja schon für beide gekocht. Helga kann doch auch was machen. Das ist doch nicht zu viel verlangt, wenn sie nun aufräumt. Schnell wird aus der Diskussion ein Streit. Der Abend ist gelaufen.

Wieso streiten wir uns wegen so etwas Banalem, fragt Peter sich, während er Helga gefrustet im Wohnzimmer verschwinden sieht."und außerdem", Helga kommt zurück und lässt jetzt so richtig Dampf ab, da war dies....und da war dasund „im Übrigen, habe ich keinen Bock mehr darauf, jeden Abend über deine bescheuerten Schuhe im Flur zu stolpern. Kannst Du sie nicht mal wie ein vernünftiger Mensch wegstellen?“ Die Lage eskaliert. Peter knallt die Tür zu, und verzichtet sich in den Park. Er

setzt sich auf den Boden, sein Rücken lehnt an einer alten Linde, er atmet tief durch und fragt sich: „Was soll das nur“ „Was ist aus unserer Beziehung nur geworden?“.

Seine innere Stimme formt Gedanken in seinem Kopf: „Was würdest Du mit der Küche machen, wenn du allein leben würdest?“ Peter denkt: „so ´n Quatschgedanke, ich leb ja nicht allein. Klar würde ich dann selbst aufräumen.“ Die innere Stimme: „Hast Du heute gekocht, weil Du Lust auf kochen hattest. Oder hast Du vielleicht gekocht, weil Du immer kochst und weil Du es liebst wie dann beim Essen Helgas Augen anfangen liebevoll in Deine Richtung zu blinzeln?“ Ne, gekocht hab ich, weil ich Hunger hatte und weil ich gehofft hab, dann danach einen kuscheligen Abend mit Helga zu verbringen, schwirren Peters Gedanken im Kopf herum. Ich wollte doch jetzt eigentlich in Helgas Arm sein, stattdessen hatten wir Streit und ich sitze allein im Park. Und dann...., Peters Gedanken wandern wieder zurück in den Streit.... typisch Frau: da werden wieder irgendwelche uralten Kamellen ausgegraben, die gar nichts mit dem Eigentlichen zu tun hatten. Zu guter Letzt regt sie sich auch noch über meine Schuhe auf. Die stehen schon so lange ich denken kann, direkt vor der Tür. Dann kann ich reinschlüpfen und gleich los gehen. Grrr, Wut steigt in Peter auf. Frauen! Wir streiten immer nur wegen irgendwelcher Bagatellen. „Wirklich? Oder geht es darum, mehr Zuwendung, mehr das Gefühl von Liebe, Wärme und Geborgenheit, mehr Aufmerksamkeit und Achtung zu bekommen? Und das ist ein großer geheimer Wunsch in Dir und auch in Helga?“ Peters Gedanken wandern plötzlich in die Kindheit. Seine Eltern waren viel unterwegs. Peter war Einzelkind und hat sich oft allein gefühlt. Er hat dann immer versucht sich etwas schönes für seine Eltern auszudenken, damit sie sich freuen, wenn sie wieder da sind. Mama hat ihn jedes Mal in den Arm genommen. Und der kleine Peter wünschte sich dann, daß das Gefühl nie weg geht. Das könnte ruhig noch größer sein... Der Ball eines Jugendlichen prallte auf Peters Arm und holte ihn unsanft aus seiner Erinnerung wieder zurück in den Park. Da saß er nun. Die innere Stimme in ihm tönte: „Und wenn es

nun genau darum geht? Um ein wenig Zuwendung. Und Du versuchst sie über das Kochen zu erlangen? Das würde doch dann bedeuten, dass die Liebe zwischen Dir und Helga nicht offen, nicht bereichernd genug ist. Änder doch einfach einmal etwas.“ Peter bekommt eine nachdenkliche, fragende Miene und überlegt: was könnte ich denn verändern? Ich koche wirklich gern. Aber nicht immer, wenn ich ganz ehrlich bin. „Wieso kochst Du dann nicht nur wenn Du wirklich Lust darauf hast?“ Würde Helga, wenn sie mich wirklich liebt, nicht mit mir gemeinsam, ganz normal die Küche aufräumen, ohne das wir streiten? Ob Helga mich nicht lieb hat? „Interessanter Aspekt, das GEMEINSAM. Vielleicht müsstet ihr beide offener und ehrlicher auf einander zugehen.“ Mit diesem Gedanken erhebt sich Peter und geht langsam wieder nach Hause.

Er sagt sich: völlig egal, was eben war, ich gehe friedlich auf Helga zu und spreche mit ihr. Ich sage ihr, dass ich gar keine Lust hatte heute zu kochen. Eigentlich, so denkt er, ist es doch auch so, dass er, wenn er Lust auf kochen hat, ganz nebenbei, während der Garzeiten schon alles ordentlich hält. Das geht dann ganz von allein. Komisch. Naja, Von nun an werde ich nur noch dann kochen, wenn ich wirklich Lust darauf habe. Ich werde dann rechtzeitig Bescheid sagen und wir entscheiden gemeinsam was wir in dem Fall zum Abend machen werden.

Ich spreche von nun an immer klare und offene Worte ohne Anschuldigungen, denn ich will eine erfüllte, liebevolle Partnerschaft leben. „Ob Peter ahnt, dass Helga heute Abend eigentlich gar keine Lust auf etwas Gekochtes hatte? Er auch nicht. Peter wollte eigentlich nur kuscheln. Und niemand hat es ausgesprochen.“

So wurde aus einer Mücke – dem Auslöser – ein Elefant – ein Problem -, dass mit Elefantenkraft – innere Weisheit – zu lösen geht.