

JOHN ORTBERG

ICH MAG DICH  
*fast* SO  
WIE DU BIST

Wie wir trotz unserer Unterschiede  
und unserer Verletzlichkeit  
tiefe Beziehungen leben können

Aus dem Englischen von Elke Wiemer

# Inhalt

<i>Einleitung</i>	
Ganz allein am Tisch? .....	9
 <i>Kapitel 1</i>	
Kannst du mir folgen? .....	21
 <i>Kapitel 2</i>	
Bestandsaufnahme .....	42
 <i>Kapitel 3</i>	
Für Nähe geboren .....	82
 <i>Kapitel 4</i>	
Angebote .....	99
 <i>Kapitel 5</i>	
Mein Ich und die Lügen .....	109
 <i>Kapitel 6</i>	
Die Freuden des Geschworenendienstes .....	126
 <i>Kapitel 7</i>	
Wir sollten alle verbindlich sein .....	145

<i>Kapitel 8</i>	
Es gibt etwas, das mag die Mauern nicht ...	171
<i>Kapitel 9</i>	
Nackt und ohne Furcht	199
<i>Kapitel 10</i>	
Tiefe Finsternis	225
<i>Kapitel 11</i>	
Jetzt wird's persönlich	250
<i>Kapitel 12</i>	
Houston, wir haben ein Problem	269
<i>Kapitel 13</i>	
Wer weint um Sie, wenn Sie sterben?	292
<i>Kapitel 14</i>	
Endlich	314
Quellenangaben	331



*Dieses Buch widme ich in aller Liebe und Dankbarkeit  
Santiago (Jimmy) Mellado, Nancy Beach, Doug Veenstra,  
Fred Vojtsek, Dick Anderson und dem unnachahmlichen  
Dr. Gilbert Bilezikian.*



Einleitung

## Ganz allein am Tisch?

Wenn ich an Liebe denke, muss ich an einen Tisch denken.

Meine Vorfahren stammen aus Schweden; ich selbst bin in Rockford, Illinois, aufgewachsen, umgeben von noch mehr Schweden. Wir sind nicht besonders emotional oder kommunikativ. Manchmal komme ich abends nach Hause und meine Frau Nancy erkundigt sich, wie mein Tag war. Dann sage ich: „Tut mir leid, ich hab heute schon alle meine Worte aufgebraucht. Es sind keine mehr übrig.“ Nancy kann das nicht verstehen, denn sie braucht ihre Worte *niemals* auf. Sie ist eine unerschöpfliche Quelle der Worte. Sie strömen nur so aus ihr heraus.

Aber eines haben wir Schweden: einen Tisch. Zusammen um einen Tisch zu sitzen war die Liebessprache der Menschen, unter denen ich aufgewachsen bin. Egal, ob jemand verletzt war oder krank, geheiratet hat, ein Auto oder ein Haus gekauft hat, in einer Krise steckte, ein Baby bekam oder verstorben war – wir versammelten uns um den Tisch. In unserem Haus hing immer das duftende Aroma von frischem Kaffee (nicht Orange Mocha Frappuccino oder irgendwas mit anderen künstlichen Aromen, sondern der einfache, frisch gemahlene Kaffee), und wir setzten uns an den Tisch, redeten, lachten und weinten – *zusammen*.

Wenn man mal genauer darüber nachdenkt, würde man wahrscheinlich feststellen, dass wir viele der Momente, die

unser Leben geprägt haben, an einem Tisch erlebt haben. Einige der lebhaftesten Erinnerungen aus meiner Kindheit drehen sich um einen rechteckigen Glastisch in einem kleinen Esszimmer in der Brendenwood Terrace Nr. 227 in Rockford, Illinois.

Wenn ich die Augen schließe, sehe ich alles noch vor mir. Mein Vater sitzt am einen Ende. Rechts neben ihm mein kleiner Bruder Barton. Ich bin der mit der Brille und der Zahnspange, und meine Mutter sitzt mir schräg gegenüber zu meiner Rechten.

Ich erinnere mich an eine Gelegenheit, als wir frühstückten und meine Mutter eine Scheibe Toast mit Erdnussbutter in der Hand hielt. Der Toast war noch warm genug, sodass die Erdnussbutter ein wenig geschmolzen war. Als meine Mutter gerade abbeißen wollte, beugte ich mich rüber und drückte ihr die Toastscheibe mitten ins Gesicht. In Nullkommanichts beschmierten wir uns alle gegenseitig mit Erdnussbutter und lachten dabei Tränen.

Das waren noch gute Zeiten.

Und manchmal nicht so gute Zeiten.

Vor ein paar Jahren verlor ein Freund (der zufällig auch Schwede ist) seine Mutter. Als ich davon erfuhr – nur wenige Stunden nach ihrem Tod –, rief ich ihn sofort auf dem Handy an. Es stellte sich heraus, dass er mit der ganzen Familie gerade in einem nahe gelegenen Restaurant saß und Kaffee trank. Das kam mir so vertraut vor.

*Die sind wie wir.*

Über die Jahre hat es auch andere Tischrunden gegeben.

Ich erinnere mich noch daran, wie es war, als ich zum ersten Mal mit Nancys Familie am Tisch saß. Sie erwähnte zufällig, dass sie bei einem Autohändler neue Reifen gekauft hatte. Sofort erwiderte einer der am Tisch Sitzenden: „Ich würde

*niemals* bei einem Autohändler Reifen kaufen. Die ziehen dich doch über den Tisch. Ich kaufe meine Reifen immer bei Shell.“

„Shell?“, fragte jemand. „Du kaufst deine Reifen an der Tankstelle? Das würde ich nie machen. Die haben miese Reifen. Die wollte ich nicht mal geschenkt haben. Ich kaufe meine bei Goodyear.“

„Goodyear?“, warf ein weiteres Familienmitglied ein. „Der Service dort ist grottenschlecht! Wenn du die Reifen beim Reifen-Discounter kaufst, bekommst du alle zehntausend Kilometer einen Reifenwechsel umsonst. Ich meine ja nur.“

Und so ging es immer weiter.

Später meinte ich zu Nancy: „Was war denn das für ein Streit?“

„Was für ein Streit?“

„Der Streit wegen der Autoreifen vorhin am Tisch.“

„Das war kein Streit“, sagte sie. „Wir haben uns doch nur gegenseitig geholfen.“

*Tatsächlich?* Wenn *meine* Familie am Tisch säße, würde meine Mutter in dem unwahrscheinlichen Fall, dass ich je Reifen kaufen sollte, in etwa sagen: „Du hast Reifen gekauft, mein Sohn! Wir sind ja so stolz auf dich. Man zieht die Kinder groß, versucht ihnen beizubringen, was richtig und was falsch ist, aber man weiß nie, was aus ihnen wird. Aber ein Augenblick wie dieser macht das alles wieder wett. Komm, wir machen ein Selfie.“

Jede Tischrunde ist unterschiedlich und hat ihre eigenen Regeln. Für Nancy gehört zu einem „Tischgespräch“ dazu, dass man schonungslos ehrlich ist und die Probleme des Lebens offen anspricht. Nichts wird beschönigt oder idealisiert. Wenn jemand um den heißen Brei herumredet oder nur Nettigkeiten von sich gibt, macht sie das nervös.

Wir waren einmal in einem Restaurant in Menlo Park, wo wir wohnen. Wir lachten gerade über irgendetwas, als eine Dame an unseren Tisch kam und meinte: „Ich gehe in Ihre Gemeinde. Es ist wunderbar zu sehen, dass Sie beide so viel Freude aneinander haben. Ich habe beobachtet, wie Sie miteinander umgehen und wie Sie sich anschauen, wenn Sie miteinander reden. Sie müssen eine wunderbare Ehe führen.“

„Ja, manchmal“, erwiderte Nancy wie aus der Pistole geschossen. Bei ihr gehört es einfach zu einem Tischgespräch dazu, dass man offen zueinander ist und einander die Wahrheit sagt. Und mittlerweile genieße ich das. Manchmal jedenfalls.

Als wir noch nicht verheiratet waren, aßen wir sonntags immer bei Nancys Großmutter Gladys zu Abend. Dann versammelte sich die ganze Familie um einen alten Mahagonitisch, den sie aus Texas mit nach Kalifornien gebracht hatten. Wenn wir an diesem Tisch saßen, hatte ich immer das Gefühl, zur Familie zu gehören. Nancy liebte diesen Tisch.

Als Nancy und ich uns verlobten, gab ich Gladys einen Dollar, damit wir nach ihrem Tod den Mahagonitisch bekommen würden. Ich fasste sogar eine kleine Eigentumsurkunde ab, in der ich meinen Anspruch auf den Tisch anmeldete, und klebte sie unter die Tischplatte, damit Nancys gierige Cousins ihn sich nach Gladys' Tod nicht unter den Nagel reißen würden. Als Gladys starb, fand der Tisch auch tatsächlich in unserem Esszimmer ein neues Zuhause.

Wenn nur zwei Erwachsene am Tisch sitzen, sieht alles sehr elegant und stilvoll aus, aber wenn man ein Kleinkind hat, herrscht auf dem Tisch Chaos. Will man dafür sorgen, dass der Tisch sauber bleibt, hat man nur eine Möglichkeit: Es darf niemand dort sitzen. Aber manchmal erschaffen wir an einem chaotischen Tisch Erinnerungen, die an einem ordentlichen Tisch niemals entstehen würden. Als eines unserer Kinder

einmal zu oft etwas verschüttet hatte und bestraft werden sollte, holte dieses Kind einen Eindollarschein hervor, legte ihn auf den Tisch und sagte: „Vielleicht kann George Washington euch ja davon abbringen.“ Das konnte er tatsächlich.

Wir bekamen unsere drei Kinder kurz nacheinander, und ich erinnere mich noch daran, was für ein Fest es war, als wir die erste gemeinsame Mahlzeit einnahmen, bei der niemand etwas verschüttete, niemand weinte und niemand sich übergeben musste. Damals war unser Jüngster einundzwanzig, aber es war trotzdem ein Festtag für uns.

Was für eine Tischrunde ebenfalls typisch ist, zumindest in unserer Familie, ist, dass wir immer an den gleichen Plätzen sitzen. Mein Platz befindet sich direkt gegenüber von Nancy und schräg gegenüber von unserer Tochter Laura. Selbst nach ihrem Auszug belegten unsere Kinder jedes Mal, wenn sie nach Hause kamen, ihre alten Plätze. Laura auf der einen Seite und Johnny und Mallory auf der anderen, und jetzt sitzt Lauras Mann Zack neben ihr. Wir haben nie darüber abgestimmt. Es gibt keine Sitzordnung. Niemand hat die Plätze verteilt. Tief in der menschlichen Seele steckt etwas, das sagt: „Ich brauche meinen Platz an diesem Tisch.“ Ich weiß jedenfalls, dass das auf mich zutrifft. Ich will meinen Platz haben, und ich will, dass alle in der Familie ihren Platz haben. Ich mag es irgendwie, wenn alle Stühle am Tisch besetzt sind.

Wenn wir an einem Tisch unseren eigenen Platz haben, dann heißt das, dass wir dazugehören. Wir haben eine Identität. Wir sind jemandes Bruder oder Schwester, jemandes Vater oder Mutter, jemandes Mann oder Frau. Wir gehören dazu.

Mich erinnert ein Tisch daran, dass es im Leben vor allem auf eines ankommt: auf Beziehungen. Wir sind darauf programmiert, emotionale Bindungen mit anderen Menschen einzugehen. Wir wollen, dass es Menschen gibt, die uns wirklich durch

und durch kennen. Wir sehnen uns danach, geliebt zu werden. Wir wollen von jemandem angenommen werden, der unsere Stärken *und* unsere Schwächen kennt und trotzdem mit uns zusammen sein möchte. Kurz gesagt: Wir sehnen uns nach Nähe.

Auf einem kleinen Tisch in meinem Büro steht eine Karte mit einem Zitat aus Victor Hugos weltberühmtem Roman *Die Elenden*:

*Mein Mantel und ich leben sehr angenehm zusammen. Er hat all meine Falten angenommen, schmerzt mich nirgendwo, hat sich meinen Verkrümmungen angepasst und folgt willig all meinen Bewegungen. Ich spüre seine Gegenwart nur, weil er mich warm hält. Alte Mäntel sind alte Freunde.<sup>1</sup>*

Auf die Rückseite der Karte hat meine Frau mit Tinte vier Worte geschrieben: *Du bist mein Mantel*. Das ist Vertrautheit.

Sie denken jetzt vielleicht: *Nancy muss eine wunderbare Ehefrau sein*.

Das ist sie auch.

Manchmal.

## **Unsere Angst vor Nähe**

Obwohl wir uns so sehr danach sehnen, hat Nähe für viele Menschen auch etwas Furchteinflößendes. Als ich erzählte, dass ich ein Buch über Vertrautheit und Intimität schreiben würde, konnte ich in manchen Gesichtern die Anspannung sehen. Andere liefen rot an. Nancy lachte laut.

Manchmal frage ich mich, warum die Menschen so heftig darauf reagieren. Warum fürchten wir uns so vor Nähe?

Ich glaube, zum einen haben wir Angst davor, verletzt zu werden. Nähe bedeutet, dass mich jemand *kennt* – so wie Nancy *mich* kennt, zum Beispiel. Sie kennt meine Stärken und Schwächen, meine Hoffnungen und Ängste. Sie kann dieses Wissen nutzen, um unsere Beziehung noch inniger zu machen oder um mich bloßzustellen, zu verletzen oder zu verraten.

Außerdem haben wir Angst vor Nähe, weil wir enttäuscht werden könnten. Wenn ich jemandem nicht besonders nahestehe, bin ich nicht am Boden zerstört, wenn der Betreffende mich im Stich lässt, weil ich wahrscheinlich im Stillen sowieso keine hohen Erwartungen an diese Person hatte. Doch wenn ich jemandem nahe sein will, wenn ich mich auf diese Freundschaft verlasse und die Zuneigung oder Liebe dieser Person brauche, würde es mich zutiefst verletzen, wenn sie mich zurückwies oder im Stich ließe. Ich käme mir wie ein Idiot vor, weil ich dieser Person vertraut habe – so wie Charlie Brown, der in hohem Bogen auf dem Rücken landet, weil er schon wieder darauf vertraut hat, dass Lucy den Football dieses Mal *nicht* wegziehen wird, wenn er danach tritt.

Nähe kann uns auch das Gefühl geben, bedürftig zu sein – oder schlimmer noch, sie macht unsere Bedürftigkeit sichtbar. Die meisten von uns mögen das nicht. Wir halten uns selbst gern für stark. (Paradoxe Weise erfordert gerade die Entscheidung, Nähe zuzulassen – die eigene Schwäche und Bedürftigkeit zu zeigen – große Stärke.)

Viele von uns haben Angst vor Nähe, weil wir tief in unserem Inneren glauben, wir hätten sie nicht verdient. Wir haben Angst, dass unsere Mängel und Schwächen ans Licht kommen und dass es noch mehr schmerzen wird, die Intimität wieder zu *verlieren*, als sie gar nicht erst zu haben. Jedes Mal, wenn wir jemanden an uns heranlassen, riskieren wir, verletzt oder

abgelehnt zu werden. Also versuchen wir, dem ganz aus dem Weg zu gehen.

Ironischerweise sehnen wir uns eigentlich zutiefst nach Nähe. Wir wollen geliebt, gemocht, gefeiert werden und wollen von jemandem so angenommen werden, wie wir sind. Wir sehnen uns nach großartigen Freundschaften. Wir wollen Menschen um uns haben, zu denen wir kommen können, wenn wir in einer Krise stecken. Wir wollen jemanden, dem wir unsere Geheimnisse anvertrauen können. Wir wünschen uns diese Nähe nicht nur, wir wurden dafür erschaffen.

Ganz gleich, ob Sie Mann oder Frau sind, Stimmungskanone oder Mauerblümchen, ob Sie Kopf- oder Gefühlsmensch sind oder ein ganz neuer Typ, den die Soziologie noch nicht kennt, Sie wurden dafür geschaffen, Bindungen mit anderen einzugehen. Sie wurden für Beziehungen geschaffen. Sie wurden für Vertrautheit und Nähe geschaffen.

Das sehen wir jedes Mal, wenn ein Kind auf die Welt kommt, seiner Mutter in die Augen schaut und – wie durch ein Wunder – sich zu ihrer Brust dreht und trinkt. Meine Frau war nie der „Baby-Typ“, aber als sie unser erstes Kind im Arm hielt, sagte sie staunend: „Für dieses Kind würde ich töten.“

„Du meinst wohl, du würdest für sie sterben?“, fragte ich und machte mir etwas Sorgen wegen ihres ausgeprägten Mutterinstinkts.

„Nein, das wäre ja dumm“, erwiderte sie. „Dann wäre ich tot, und jemand anderes bekäme sie. Ich würde für sie töten.“

Vertrautheit und Nähe hat etwas Wildes, das jemand, der auf Distanz bleibt, nie erleben wird. In jedem von uns steckt dieser Hunger danach, angenommen zu werden, der tiefer geht als jeder andere Hunger.

Das sieht man immer dann, wenn zwei Verliebte sich nicht aneinander sattsehen können. Man sieht es bei einem alten

Ehepaar, das nirgends hingeht, ohne sich beim Partner einzuhaken. Man sieht es, wenn ein Kind schier platzt, weil es uns unbedingt ein Geheimnis verraten muss. Man sieht es in der Bibel, als Gott Adam ansieht und verkündet: „Es ist nicht gut, dass der Mensch allein ist“, und dann eine Partnerin für ihn erschafft, die „zu ihm passt“.<sup>2</sup>

Wenn wir diese Nähe erleben, können wir es mit allem aufnehmen, was das Leben uns in den Weg stellt. Ohne vertraute Beziehungen kommen uns sogar unsere größten Errungenschaften bedeutungslos vor. Schließlich macht Erfolg keine Freude, wenn wir niemanden haben, mit dem wir ihn teilen können. Deshalb glaube ich, dass Vertrautheit das Wichtigste ist, wonach wir streben können.

Ich gebe zu, dass es den meisten Menschen schwerer fällt, sich um mehr Nähe zu bemühen, als sich gesünder zu ernähren. Wir können es aber nur ganz bewusst tun. Wir müssen daran arbeiten. Doch es lohnt sich, denn tief in unserem Inneren wissen wir, dass nichts so wichtig ist, wie einem anderen Menschen nahe zu sein. Und Gott nahe zu sein? Da bewegen wir uns noch auf einem ganz anderen Terrain.

Aber wenn wir darüber nachdenken, dass wir eine „enge Beziehung zu Gott“ wollen, kommt es uns manchmal so vor, als wäre das bloß noch eine weitere Verpflichtung in einem ohnehin schon geschäftigen Leben. Schließlich ist es schon schwer genug, die Nähe zu einem Menschen aus Fleisch und Blut zu suchen. Wie soll man da eine enge Beziehung zu jemandem haben, den man nicht einmal sehen kann? Zu einem geistlichen Wesen?

Was wäre, wenn ich Ihnen jetzt sage, dass Gott Sie nicht nur für Vertrautheit geschaffen, sondern sich auch von Anfang an um eine enge Beziehung zu Ihnen bemüht hat?

Nicht lange nachdem Gott beschlossen hatte, „es ist nicht gut, dass der Mensch allein ist“, sehen wir, wie Gott durch den

Garten geht und nach Adam und Eva Ausschau hält. Sie waren seine Geschöpfe. Er genoss ihre Gesellschaft und wollte Zeit mit ihnen verbringen. Aber sie hatten sich versteckt. Schließlich rief er: „Wo bist du?“<sup>3</sup>

Leider hatte die Schlange Eva dazu überredet, vom Baum der Erkenntnis zu essen, und sie hatte Adam von der Frucht abgegeben. Jetzt hatte sich ihre Beziehung zu Gott verändert – die Vertrautheit war zerstört. Zum ersten Mal wurde ihnen bewusst, dass sie nackt waren, und sie schämten sich. Zum ersten Mal fürchteten sie sich davor, von Gott *gesehen* und *erkannt* zu werden. Und so versteckten sie sich.

Jetzt kommt der interessante Teil: Gott *lässt zu*, dass sie sich verstecken – denn Vertrautheit kann nicht erzwungen werden. Gott will keine gefügigen Menschen, er will eine Beziehung. Vertrautheit respektiert Distanz, aber sie gibt sich nicht damit zufrieden. Vertrautheit ruft: „Wo bist du?“, genau wie Gott damals im Garten. Und aus seinem Verlangen nach einer engen Beziehung zu uns stellt Gott eben diese Frage seither immer wieder.

Gott will, dass Sie und ich an seinem Tisch sitzen. Jesus sagt: „Merkst du nicht, dass ich vor der Tür stehe und anklopfe? Wer meine Stimme hört und mir öffnet, zu dem werde ich hineingehen, und wir werden miteinander essen – ich mit ihm und er mit mir.“<sup>4</sup>

Johannes, der enge Freund von Jesus, schrieb diese Worte nieder, als er schon sehr alt war. Er konnte sich bestimmt an tausend gemeinsame Mahlzeiten mit Jesus erinnern und benutzte dieses Bild der Tischgemeinschaft, um eine Erfahrung zu beschreiben, die auch Sie und ich machen können. Wenn ich an Liebe denke, wenn ich an Nähe denke, dann denke ich an eine Tischrunde – genau wie Jesus.

Es ist ohne Frage ein Mysterium, weshalb Gott uns zu einer engen Beziehung mit sich einlädt. Aber wie ist diese möglich?

Könnte es sein, dass Gott schon die ganze Zeit zu uns spricht und wir ihn auch hören, aber nicht wussten, dass es seine Stimme war? Könnte es sein, dass wir Gott näherkommen, ohne uns dessen bewusst zu sein? Ich glaube schon. Ich glaube, dass Gott unsere Beziehungen zu anderen Menschen benutzt, um uns zu zeigen, wie wir *ihn* lieben können. Je mehr wir in anderen Beziehungen nach Vertrautheit suchen, desto mehr verstehen wir Gottes unglaubliche, verwegene Liebe zu uns.

Aber ich will nicht zu weit vorgreifen. Sprechen wir zunächst einmal darüber, was ich auf meiner Hochzeitsreise über Vertrautheit und Intimität gelernt habe.



## Kapitel 1

# Kannst du mir folgen?

Was Vertrautheit wirklich bedeutet

Wenn wir mit jemandem ganz vertraut sind und uns ganz auf ihn einlassen, bedeutet das immer, dass wir eine Grenze überschreiten müssen. Es ist immer riskant, auch wenn man schon fünfzig Jahre verheiratet ist.

Amy Bloom

Es war einmal in einer weit, weit entfernten Stadt, als ich dachte, ich würde der großartigste Ehemann sein, den je eine Frau bekommen kann.

Und dann heiratete ich.

Damals dachte ich, ich wüsste alles über Vertrautheit und Intimität, was es zu wissen gibt. Aber ich hatte ja keine Ahnung, wie unreif ich in Wirklichkeit war. Ich dachte, Vertrautheit sei ein Gefühl der Nähe, das automatisch in mir aufkommen würde, sobald der Pastor sagte: „Du darfst die Braut jetzt küssen“, und dass von da an alles nur noch wie in einem wunderbaren, traumhaften Hollywoodmusical wäre. Der Gedanke, dass Vertrautheit etwas sein könnte, an dem ich *arbeiten* muss, war mir nie gekommen. Sie können sich sicher denken, dass die Probleme schon vorprogrammiert waren.

Vor unserer Hochzeit tat Nancy hin und wieder Dinge, die mir missfielen. Manchmal widersprach sie mir in Gegenwart anderer zu entschieden oder sagte etwas auf eine Art und Weise, die ich zu rechthaberisch oder voreingenommen fand. Witzigerweise fühlte ich mich aber gerade deshalb zu ihr hingezogen, weil sie gern redete und feste Überzeugungen hatte. Und so war sie schon immer gewesen. In ihrer ersten Beurteilung aus dem Kindergarten hieß es bereits: „Nancy lebt sich gut ein, aber sie redet oft während der Mittagsruhe.“ Obwohl ich mich also von ihrer extrovertierten, ausdrucksstarken Persönlichkeit angezogen fühlte, störte sie mich auch irgendwie.

Und ich konnte nicht sehr gut damit umgehen.

Jedes Mal, wenn wir eine Auseinandersetzung hatten, erstarrte etwas in mir, und ich schmolte, statt mit Nancy darüber zu reden. Und ich schmolte ziemlich oft. Es war gewissermaßen meine Geistesgabe. Wenn ich ein Superheld wäre, wäre Schmolten meine Superkraft. Ich würde so lange schmolten, bis die Bösewichte so heftige Gewissensbisse hätten, dass sie sich selbst stellen würden.

Schmolten mag vielleicht eine großartige (wenn auch ungewöhnliche) Kraft sein, aber sie tötet auch jede Vertrautheit ab.

Beim Probeessen für die Hochzeitsfeier war ich wegen irgendetwas sauer auf Nancy – ich weiß nicht mehr, was es war. Statt ihr zu sagen, was mich störte, damit wir gemeinsam daran arbeiten konnten (wie Erwachsene das eben machen), zog ich mich höflich in mich selbst zurück. Sie merkte es natürlich, und so wurde aus einem freudigen Abend ein sehr schmerzhafter Abend.

Am nächsten Tag betraten wir die Kirche, ohne unsere Unstimmigkeiten vom Vorabend bereinigt zu haben, wir heirateten und fuhren auf Hochzeitsreise.

Man hört immer, dass die Hochzeitsreise etwas ganz Wunderbares ist, und so hatte ich – weil ich nun einmal der perfekte Ehemann war – einen tollen Plan geschmiedet. Nancy wurde in Kalifornien geboren und war auch dort aufgewachsen. Sie hat das Meer und das warme Klima an der Küste schon immer geliebt. Also fuhr ich mit ihr natürlich nach ... raten Sie mal ... Wisconsin!

Ich dachte: *Sie wird begeistert sein!*

Na ja, war sie aber nicht. Wer hätte das gedacht?!

Es überrascht wohl niemanden, wenn ich sage, dass unsere Flitterwochen eine emotionale Achterbahnfahrt waren. Wann immer Nancy etwas sagte oder tat, mit dem ich nicht einverstanden war, zog ich mich zurück und schmolte, statt mit ihr darüber zu reden. Eines Nachmittags saßen wir am Pool (es war ein wunderschöner Tag zum Schmollen), und um mich innerlich von meiner Braut zu distanzieren, las ich ein Buch. (Genau, ich hatte das Buch nicht nur mit auf die Hochzeitsreise genommen, sondern las sogar am Pool.) Mein ganzes Leben lang hatte ich auf meine Flitterwochen gewartet. Seit der Pubertät hatte ich der Hochzeitsreise *entgegengefiebert*. Jetzt war ich hier in einem wunderbaren Urlaubsresort in Wisconsin, und statt meiner Frau näherzukommen, las ich ein Buch. Es war auch nicht irgendein Buch, sondern eine Biografie von Sigmund Freud. (Nein, das habe ich jetzt nicht erfunden!) Wie Sie vielleicht wissen, hat Freud meistens über Sexualität geschrieben. Ich hätte also Sex *haben* können, aber stattdessen las ich nur darüber.

Was hätte Freud wohl dazu gesagt?

Was hätte Jesus wohl dazu gesagt?

Und das hat Nancy dazu gesagt: „Leg das Buch weg!“

Genau genommen ist das die jugendfreie Variante von dem, was sie gesagt hat. In Wirklichkeit hat sie das Buch mit einem

Adjektiv beschrieben, das man benutzt, wenn man sich zum Beispiel mit dem Hammer auf den Finger haut. Es war ein sehr unbaptistisches Wort.

*Auwei*, dachte ich, *wir sind erst auf der Hochzeitsreise und sie benutzt schon Schimpfwörter.*

Sehen Sie, was ich tat? Ich setzte mich nicht damit auseinander, warum Nancy frustriert war, sondern kritisierte nur ihre Ausdrucksweise. Mit anderen Worten: Ich verstand gar nicht, worum es wirklich ging.

Indem sie mir sagte, ich solle das Buch weglegen und ihr meine Aufmerksamkeit schenken, *forderte* Nancy mich zu Intimität *auf* (auf ihre eigene unbaptistische Art). Und ich bekam das nicht mit. Ich hielt mich selbst für jemanden, der aufgrund seines Hintergrundes und seiner Ausbildung in Psychologie und als Pastor Experte war in Sachen Intimität. Aber in Wirklichkeit hatte ich eine „Intimitätsbehinderung“.

## **Intimität verstehen**

Aus einem unerfindlichen Grund ist in unserer Gesellschaft in vielen Köpfen das Wort „Intimität“ gleichbedeutend mit Sex. Es gibt zwar einen Bezug zwischen den beiden Begriffen, aber sie sind trotzdem nicht gleichbedeutend, und das eine hängt nicht unbedingt vom anderen ab. Man muss keinen Sex mit jemandem haben, um eine intime Beziehung zu haben. Und man muss keine intime Beziehung haben, um Sex miteinander zu haben. Die meisten unserer intimen Beziehungen haben auch rein gar nichts mit Sex zu tun. Eine so innige Beziehung haben wir zum Beispiel auch zu unseren Kindern, unseren Eltern, unseren Freunden oder unseren Kollegen – und sogar zu Gott.

Intimität, also Vertrautheit, ist nicht nur ein Gefühl. Es ist keine geheimnisvolle Erfahrung, für die manche Menschen eben geboren sind und die andere nie erleben werden. Es erleben sie auch nicht nur bestimmte Persönlichkeitstypen oder Ehepaare oder die „Fühlenden“ im Myers-Briggs-Typenindikator. Und Vertrautheit entsteht auch nicht auf geheimnisvolle Weise in dem Augenblick, in dem wir vor dem Altar stehen und Ja zueinander sagen.

Die beste Definition von Intimität, von Vertrautheit, die ich kenne – und das ist auch das Ziel unserer Reise in diesem Buch –, stammt von meinem Freund Dallas Willard.

Dallas leitete den Fachbereich Philosophie an der Universität von Südkalifornien. Es gibt ein Sprichwort, das besagt, wenn du der Klügste im Raum bist, dann bist du im falschen Raum. Dallas war immer im falschen Raum. Er kannte auch die Bibel besser als jeder andere. Die Menschen wollten in seiner Nähe sein, weil er ständig Unvergessliches sagte, Dinge, die sonst keiner sagen konnte, wie zum Beispiel:

- Das Königreich Gottes steckt nie in Schwierigkeiten, und die Menschen, die darin leben, auch nicht.
- Die Realität ist das, worüber man stolpert, wenn man falschliegt.
- Christen sind Menschen, denen es besser geht, wenn sie tot sind.

Aber noch besser als seine Weisheit war seine Fähigkeit, das Leben als ein Geschenk geruhsam anzunehmen und es mit anderen zu teilen. Ein Freund von mir arbeitete während eines zweiwöchigen Intensivkurses für Pastoren einmal als Dallas' Assistent. Sie wohnten zusammen und abends zog Dallas statt seiner eher formellen Kleidung eine kurze Hose und ein

weißes T-Shirt an. Aber er behielt seine guten Schuhe und die braunen Socken an. Eines Abends zappten sie durch die Fernsehkanäle und landeten schließlich bei einem spanischen Sender, auf dem gerade Salsa getanzt wurde. „Das scheint Spaß zu machen. Das sollte ich auch einmal versuchen“, meinte Dallas.

Die Vorstellung von Dallas Willard – einem Mann mittleren Alters, der im ländlichen Missouri in einer strenggläubigen Baptistengemeinde aufgewachsen und Experte für die husserlsche Phänomenologie war –, wie er in kurzer Hose und Anzugschuhen Salsa tanzt, ist einfach zu köstlich und beinahe so unvergesslich wie seine Vorträge.

Jedenfalls sagte er einmal zu mir: „Wir sind ein unendlicher Strom von Erfahrungen. Zu leben bedeutet, die Fähigkeit zu haben, die Wirklichkeit zu erfahren.“

Das klingt verführerisch einfach, aber es half mir, der Sehnsucht meiner Seele einen Namen zu geben. Ich liebe es, bereichernde Erfahrungen zu machen: der erste Schrei meines neugeborenen Kindes; auf den Wellen am Cowell's Beach zu reiten; der Klang von Jean Valjeans Stimme in *Les Misérables*, wenn er „Bring him home“ singt; lange nächtliche Gespräche vor einem prasselnden Kaminfeuer mit einem nahestehenden Menschen; mit meinen Kindern im Schlafsack an Deck zu liegen und die Sterne zu beobachten, während Don McLean „Starry, starry night ...“ singt.

„Intimität“, erklärte Dallas mir, „das sind gemeinsame Erfahrungen.“

Lassen Sie sich diesen Gedanken einmal durch den Kopf gehen. Wenn unser Leben aus unseren Erfahrungen besteht, dann spiegelt unsere Lebensqualität in gewisser Weise die Qualität unserer Erfahrungen wider. Unsere Erfahrungen prägen unsere Sicht des Lebens und beeinflussen unser Verständnis dieser Welt. Wenn Sie einmal darüber nachdenken, wie Sie zu dem

Menschen geworden sind, der Sie heute sind, können Sie leicht erkennen, welche Rolle Ihre Erfahrungen dabei spielen.

Manchmal machen wir bei solchen Erlebnissen mit dem Handy ein Bild von uns selbst, weil wir diese besonderen Zeiten festhalten wollen. Natürlich machen wir keine Selfies von den Augenblicken, die wir vergessen wollen. Niemand macht ein Bild von der nicht bestandenen Prüfung, der Trennung, der Kündigung oder dem Rülpsen bei der ersten Verabredung mit der Freundin. Wir machen Selfies im Fußballstadion, bei einer Wanderung, einem Konzert oder beim Autofahren (ein beängstigender Gedanke).

Hier noch eine lustige Tatsache, über die ich einmal gestolpert bin: 2015 sind mehr Menschen bei Selfies ums Leben gekommen als bei Haifischangriffen.<sup>1</sup> Irgendwie überrascht es schon ein wenig, dass niemand ein Selfie macht, während er von einem Hai angegriffen wird.

Wir freuen uns nicht nur über unsere Erlebnisse, sondern verspüren auch noch das tiefe Bedürfnis, sie mit anderen zu *teilen*. Wenn wir unsere Erlebnisse mit anderen teilen – die guten und die schlechten und die ganz gewöhnlichen dazwischen –, dann teilen wir unser *Leben* mit ihnen. Und das schafft eine *Bindung*, was wiederum ein wichtiger Bestandteil von Intimität ist.

Auf unserer Hochzeitsreise wollte Nancy eine Bindung zu mir schaffen. Sie war sauer, weil ich ihr keine Aufmerksamkeit schenkte. Sie war sauer, weil ich emotional für sie nicht zugänglich war. Sie war sauer, weil ich sie auf eine Hochzeitsreise nach Wisconsin geschleppt hatte. Aber am meisten war sie sauer darüber, dass ich dieses Erleben unserer Flitterwochen nicht *mit ihr teilte*. Was ich bis zu diesem kritischen Punkt unserer Beziehung nicht erkannt hatte, war, dass *gemeinsame Erfahrungen* Intimität schaffen.

Jedes Mal, wenn wir mit jemandem etwas erleben, können wir dadurch eine engere Beziehung aufbauen. Sie denken vielleicht, Sie seien dazu verurteilt, diese Intimität nie zu erleben, weil Sie nicht zu den Planern gehören oder eben kein emotionaler Typ sind. Aber das stimmt nicht. Intimität entsteht nicht durch große Gesten. Es muss nichts Dramatisches oder Tiefgehendes sein – ein hochromantisches Wochenende, eine dramatische Selbstenthüllung oder besonders sentimentale Worte. Vertrautheit besteht vielmehr aus tausend kleinen, alltäglichen Momenten, in denen man sich *austauscht*.

Fragen Sie Ihre Kinder, wenn sie nach Hause kommen, wie ihr Tag war. Fragen Sie Ihre Frau, was Sie zu einem bestimmten Anlass getragen hat – und interessieren Sie sich wirklich dafür. Hören Sie zu, wenn jemand einen Witz erzählt. Erinnern Sie sich an den Lieblingswein, das Lieblingsbuch oder die Lieblingsendung einer Person. Klatschen Sie Ihren Mannschaftskameraden beim Fußball ab. Sagen Sie ein paar aufmunternde Worte zu jemandem, der niedergeschlagen wirkt. Zwinkern Sie Ihrem gestressten Kollegen in einer nervtötenden Besprechung heimlich zu. Legen Sie die Freud-Biografie zur Seite und hören Sie Ihrer enttäuschten Frau auf der Hochzeitsreise nach Wisconsin zu.

Ein einziger Ton ist ohne Bedeutung, aber wenn man genügend Töne auf die richtige Weise aneinanderreihet, wird daraus Beethovens Neunte Sinfonie. Genauso ist es mit den gemeinsamen Erfahrungen: Eine einzelne Begebenheit macht vielleicht nicht viel aus, aber wenn wir genügend Erlebnisse mit jemandem teilen, erwächst daraus Intimität.