

Der alte Mann und das Frühstück

Kürzlich las ich eine Geschichte über einen 90-jährigen Mann, der in einer Arztpraxis einen Termin für den nächsten Vormittag bekam. Er war sehr besorgt, pünktlich fertig zu sein, da er um 10 Uhr einen weiteren Termin habe. Die Arzthelferin, die sich schwer vorstellen konnte, was für wichtige Termine ein Mann seines Alters haben könne, fragte: „Sie sind wohl noch bei einem anderen Arzt bestellt?“ Daraufhin erzählte ihr der alte Herr, dass er seit Jahrzehnten jeden Morgen um 10 Uhr mit seiner Frau frühstücke. Diese lebe seit einigen Jahren in einem Pflegeheim und leide unter fortgeschrittener Demenz. Leider erkenne sie ihn nun schon seit einiger Zeit nicht mehr. „Aber warum gehen Sie dann jeden Tag dorthin? Wenn sie Sie nicht mehr erkennt, macht es doch keinen Unterschied, wenn Sie mal an einem Tag nicht kommen?“, fragte die Schwester. „Sie erkennt mich vielleicht nicht, aber ich erkenne sie doch an jedem Tag“, antwortete der alte Herr.

Mir gefiel diese Geschichte. Ich meinte darin ein zugegebenermaßen etwas sentimentales, gleichwohl aber herzberührendes Statement dafür zu erkennen, wie eine partnerschaftliche Liebe nach vielen Jahren noch funktionieren kann, wie es gelingt, füreinander da zu sein.

Als ich sie einer Freundin erzählte, sah sie dies viel kritischer. „Vielleicht kann der alte Mann auch bloß nicht loslassen“, meinte sie und gab mir damit den Impuls, über Bindung, Fürsorge und das Loslassen nachzudenken.

Denn wer ist hier eigentlich für den anderen da? Auf den ersten Blick ist es der Mann, der sein alltägliches Leben danach ausrichtet, jeden Morgen pünktlich bei seiner Frau zu sein, um mit ihr gemeinsam zu frühstücken. Doch ist er wirklich FÜR seine Frau da? Was hat die Frau von seiner Anwesenheit? Das verschweigt uns die Geschichte. Vielleicht gibt ihr sein täglicher Besuch eine Tagesstruktur, ein Gefühl von Sicherheit und Vertrautheit, auch wenn sie kognitiv nicht mehr erfasst, wer er ist. Das ist durchaus möglich und für Menschen mit Demenz hilfreich. Seine Frau auf diese Weise zu unterstützen, könnte eine Motivation des Mannes sein, die von umfassender Fürsorge für die Partnerin geprägt ist.

Umgekehrt ist auch jenes Szenario denkbar, in dem der Mann unendlich allein ist, seit seine Frau nicht mehr im gemeinsamen Haushalt lebt, nicht mehr für ihn da sein kann, ja, ihn nicht einmal mehr erkennt. Er leidet und versucht, sein Leben „in die Hand zu nehmen“ und neu zu strukturieren. Dazu gehört dann auch der tägliche Gang zum Pflegeheim, der ihm selbst die Kraft gibt, jeden neuen Tag zu überstehen und nicht an der Einsamkeit zu verzweifeln. Immerhin kann er so noch für ein paar Stunden täglich mit seiner Frau zusammen sein. In diesem Fall bestimmt vielleicht eine gesunde Selbst-Fürsorge sein Handeln.

Und die ist genauso wichtig wie die Fürsorge für andere Menschen, denn wer nicht gut für sich selbst sorgen kann, der braucht Andere, um sich zu regulieren.

Dieses Brauchen wird dann schnell zu einem Benutzen, einem Missbrauchen, das ein gesundes Loslassen erschwert. Das könnte der Hintergrund sein in einem Szenario, in dem der alte Mann täglich seine Frau besucht, weil sich das doch „so gehört“, weil Kinder oder Nachbarn ihm sonst mangelnde Liebe unterstellen könnten oder eigene Moralvorstellungen das von ihm verlangen. Täglich zwingt er sich den Gang ins Pflegeheim auf, obwohl ihm jedes Mal davor graut, mit seiner teilnahmslosen Frau gemeinsam am Tisch in ihrem Zimmer zu sitzen und er sich nach einem Frühstück auf dem sonnigen Balkon seiner Wohnung sehnt, wie er es früher genießen konnte, Kaffee trinkend und Zeitung lesend. Damit er sich nicht egoistisch fühlen muss, sondern sein Selbstbild von sich als großartigem, fürsorglichen Ehemann aufrechterhalten kann, handelt er so. Die Interessen seiner Frau spielen in diesem Fall eine untergeordnete Rolle.

Menschen, die aus den letztgenannten Gründen für andere da sind, sich gar für sie aufopfern, reflektieren eher selten die Motivation ihres Handelns und fühlen sich oft als besonders altruistisch und aufopferungsvoll. Auch ihre Umwelt ehrt sie meist dafür. Doch in jenem Aufopfern aus Pflichtgefühl liegt keine warmherzige Liebe. Und das spürt unterschwellig auch derjenige, um den sich gekümmert wird, wie in dieser Geschichte die Ehefrau.

Nur selten kennen und erforschen wir die Motivation für unser Handeln im sozialen Kontakt, für den Umgang mit unseren Partnern, Familienmitgliedern oder Freunden bis ins letzte Detail. Und ein Pragmatiker könnte nun einwerfen, dass es doch nicht auf die Motivation, sondern auf die Folgen des Handelns ankomme. Womit er zweifelsohne Recht hat. Aber eben nur teilweise. Denn die Folgen richten sich durchaus danach, welche Motivation das Handeln bestimmt. Liebevoller Fürsorge ist nicht möglich ohne echte emotionale Beteiligung und schon gar nicht gegen inneren Widerstand. Und nur derjenige kann wirklich voller Liebe für andere da sein, der selbst Zuwendung erfahren und nehmen konnte. Schwer fällt das oft Menschen, die in ihrer Jugend nur dafür geliebt und gelobt wurden, was sie leisteten und nicht dafür, was sie waren. Sie neigen im späteren Leben oft dazu, zu geben bis zur Selbstaufopferung, bis zum Burnout. Nach-Nähren können diese Menschen, wenn sie das Nehmen lernen, wenn sie sich erlauben können, für sich selbst da zu sein und anderen erlauben können, auch für sie da zu sein, ohne sich dafür schuldig zu fühlen.