

11 DINGE, WOFÜR WIR FREUNDEN VIEL ZU SELTEN DANKEN

Umgekehrt: Durch Krisen geläutert, erfahren wir, wer wirklich zu unseren Freunden gehört. Gut so! Aber nichts Selbstverständliches. Eine Freundschaft ist ein Geschenk. Eines, das uns als solches bewusst sein sollte und das wir bewahren und wertschätzen sollten.

Wie oft aber sagen wir unseren Freunden eigentlich „Danke“ – einfach dafür, dass sie unsere Freunde sind? Dankbarkeit beginnt zwar im Kopf. Ab und an muss man sie aber auch verbalisieren, um eine Freundschaft zu pflegen. Wert ist sie das allemal.

Zwar funktionieren gute Freundschaften auch ohne viele Worte, aber dem anderen gelegentlich zu zeigen, was er einem bedeutet, hat noch keiner Beziehung geschadet. Wenn Sie also das nächste Mal wieder einen guten Freund oder eine gute Freundin treffen, sagen Sie doch einfach DANKE – zum Beispiel so...

1. Danke, dass du selbstlos bist

Es ist vielleicht das, was wahre Freunde am ehesten auszeichnet: Sie rechnen nicht auf. Wer uns einen Gefallen tut, spekuliert in der Regel darauf, damit auch etwas bei uns gut zu haben. Freunde nicht. Und sie erinnern uns auch nie daran, nicht einmal subtil.

2. Danke, dass du immer ehrlich zu mir bist

Und zwar auch dann, wenn wir die Wahrheit vielleicht gar nicht hören wollen. Natürlich sagt ein Freund das nicht, um uns zu verletzen, sondern um uns auf tote Blickwinkel aufmerksam zu machen, Motto: Ich sehe was, was du nicht siehst... Und er hält uns dabei einen nützlichen Spiegel vor, der uns davor bewahrt, abzuheben oder falsche Entscheidungen zu treffen.

3. Danke, dass du an mich denkst

Mal ehrlich: Wann haben Sie einem Freund oder einer Freundin einen kleinen Gruß gemailt, gesimst, geschrieben? Einfach so. Ein kurzes „Ich denke gerade an dich.“ reicht schon. Seelenverwandte Freunde haben sogar einen regelrechten siebten Sinn dafür, wann es uns schlecht geht – und melden sich. Und das ist enorm aufbauend: zu wissen, jemand sorgt sich um dich...

4. Danke, dass du mich herausforderst

Ein guter Freund ist alles andere als ein Ja-Sager. Mitunter besitzt er auch das Wesen eines veritablen Arsch-Treters, der uns aus unseren Komfortzonen herauskickt und dazu ermutigt, mehr aus uns zu machen. Und uns immer wieder an unsere einstigen Ziele erinnert – auch wenn das gewaltig nerven kann – es ist ja nur zu unserem Besten.

5. Danke, dass du mich nicht verurteilst

Es ist ein Irrglaube, dass gute Freunde immer einer Meinung sein müssten oder alles gleich gut finden. Dann könnten sie niemals korrigierend wirken. Aber es gibt einen Unterschied zwischen beurteilen und verurteilen. Festzustellen, dass man es anders sieht und bewertet und das so stehen zu lassen, können nur wahre Freunde. Der Rest bewertet und wertet einen ab.

6. Danke, dass du nicht nachtragend bist

Auch in Freundschaften werden Fehler gemacht – auf beiden Seiten, denn zum Streiten gehören immer zwei. Dann wird diskutiert, Argumente wechseln hin und her, vielleicht auch ein paar unschöne Worte. Irgendwann, wenn sich die Gemüter beruhigt haben, vertragen und vergeben sich beide wieder. Der Trick ist, dann nicht nur zu vergeben, sondern auch zu vergessen und eben nicht nachtragend zu sein. Wahre Freunde können das.

7. Danke, dass du mir treu bleibst

Auch das charakterisiert gute Freunde: Manchmal zieht man um und weit weg. Bekanntschaften wechseln dann, Freunde bleiben und halten den Kontakt. Mehr noch: Bei einem Wiedersehen fühlt es sich an, als wäre man nie weg gewesen. Freundschaften können so Jahrzehnte überdauern.

8. Danke, dass du zu mir stehst

In guten wie in schlechten Zeiten. Ersteres ist natürlich einfach, wahre Freundschaft offenbart sich daher erst in der zweiten Bewährungsprobe: Wenn sich andere gegen uns stellen, der Erfolg ausbleibt oder wir vielleicht sogar einen schlimmen Fehler gemacht haben, dann ist auf die Freunde immer noch

Verlass – und falls nötig verteidigen sie uns, stellen sich schützend vor uns oder wissen zumindest guten Rat, wie sich alles wieder einrenken lässt.

9. Danke, dass du mich stets wieder aufmunterst

Wir alle haben mal einen schlechten Tag, manchmal dauert der auch gleich 72 Stunden lang. Gute Freunde sorgen dafür, dass es erst gar nicht so weit kommt. Sie kennen uns gut und wissen, was wir in dem Moment brauchen – die richtigen Worte, ein offenes Ohr und eine Tasse Kaffee zum Beispiel.

10. Danke, dass du genauso verrückt bist wie ich

Sind wir nicht alle ein bisschen Bluna? Eben. Aber gute Freunde ticken dazu noch genauso wie wir. Mit ihnen kann man auch mal spontanen Blödsinn machen – und jede Sekunde davon genießen. Selbst den gemeinsamen Kater am Morgen danach.

11. Danke, dass du DU bist

Ganz klar und einfach.