

Liebe ist freundlich

„Geht vielmehr freundlich miteinander um, seid mitfühlend und vergebt einander, so wie auch Gott euch durch Christus vergeben hat.“ Epheser 4,32 NGÜ

Im Buch „40 Tage Liebe wagen“ heißt es zur Freundlichkeit:

„Freundlichkeit ist ein Ausdruck von Liebe. Geduld zeigt sich darin, wie die Liebe *reagiert*, um einen negativen Umstand so gering wie möglich einzustufen, während Freundlichkeit bestimmt, wie die Liebe *agiert*, um einen positiven Umstand so hoch wie möglich zu bewerten. Geduld vermeidet ein Problem und Freundlichkeit kreierte einen Segen. Ein geduldiger Mensch handelt vorausschauend, ein freundlicher Mensch ergreift die Initiative. Diese beiden Aspekte von Liebe sind die Grundsteine, auf denen viele weitere Eigenschaften aufbauen ...“

Nimmst du die Liebe in deinem Leben ernst, wird sie dich zu einem freundlichen Menschen machen. Und Freundlichkeit wiederum, macht dich zu einem sympathischen Zeitgenossen.

Menschen werden sich wohlfühlen in deiner Gegenwart, weil du ihnen mit deiner freundlichen Art gut tust. In der Nähe von unfreundlichen Menschen hält sich keiner von uns gerne länger auf.

Welche Verhaltensweisen und Eigenschaften sind es aber, die aus uns einen freundlichen Menschen machen? Wie definiert sich Freundlichkeit?

Freundlichkeit hat etwas mit **Sanftmut** zu tun. Du gehst behutsam mit dem anderen um, wenn dieser einen Fehler gemacht hat. Hast du Kritik anzubringen, bleibst du dabei liebevoll und überlegst genau, wie du den anderen damit nicht persönlich verletzt.

Du bist Sanftmütig bzw. Freundlich, wenn du verständnisvoll handelst und nicht übermäßig Streng mit dem anderen, oder dir selber ins Gericht gehst.

Freundlichkeit zeigt sich auch in **Hilfsbereitschaft**. Siehst du Dinge die zu tun sind, und erledigst sie unaufgefordert, dann reagierst du freundlich. Hilfsbereitschaft bzw. Freundlichkeit ist die Bereitschaft zu helfen, ohne darauf zu achten, ob man dabei selber zu kurz kommt.

Bereitwilligkeit ist auch ein Wort für Freundlichkeit. Anstatt unnachgiebig, widerwillig und stur zu sein, kooperierst du und bist einfühlsam. Du überlegst dir, wie du dem anderen in einem Streit entgegenkommen kannst.

Du unternimmst den ersten Schritt. Ein freundlicher Mensch lächelt zuerst, lenkt zu erst ein, vergibt zu erst. Ein freundlicher Mensch verlangt vom anderen nicht, dass dieser sich zurück nimmt, bevor er seine Liebe zeigt. Er erkennt das Bedürfnis und geht selber den ersten Schritt.

Die Freundlichkeit ist der agierende Teil der Liebe, während die Geduld der reagierende Teil ist.

Wenn ich mich und meine Reaktionen so betrachte, habe ich vermutlich mehr Probleme mit der Geduld. Die Freundlichkeit fällt mir nicht ganz so schwer. Dennoch habe ich auch hier noch genügend Potential nach oben.

Wenn Freundlichkeit sich in Hilfsbereitschaft ausdrückt, dann habe ich an der Stelle noch zu lernen. Und wie sieht es bei dir aus? Wie geht es dir mit dieser Definition von Freundlichkeit?

Wie schroff bist du? Oder wie behutsam und hilfsbereit gehst du mit dem anderen um? Wartest du bist du gefragt wirst, oder ergreifst du selber die Initiative um zu helfen oder den ersten Schritt zu tun?

Liebe in ihrer tiefsten Bedeutung basiert nicht auf ein Gefühl. Liebe ist zum größten Teil Entscheidung. Auch wenn Gefühle (zum Glück) eine Rolle spielen. Liebe entscheidet sich ein Zeichen zu setzen. Selbst dann, wenn dieses Verhalten scheinbar nicht belohnt wird.

Ok, aber wie kann Freundlichkeit nun praktisch werden? Suche dir für die nächste Woche doch einfach mal einen Aspekt von Freundlichkeit raus und achte ganz besonders auf ihn.

Zum Beispiel die Hilfsbereitschaft. Nimm dir vor, in der kommenden Woche besonders hilfsbereit zu sein. Es werden sich garantiert genügend Möglichkeiten bieten praktisch zu werden.

Sei Hilfsbereit, auch wenn du manchmal vielleicht das Gefühl in dir verspürst, zu kurz zu kommen.

Oder achte auf deine Art und Weise mit Kritik an anderen umzugehen. Übe dich darin dem anderen Sanftmütig gegenüber zu treten.

Ich denke, ich werde mir die Sache mit der Hilfsbereitschaft vornehmen. Dinge bewusst zu sehen und wahrzunehmen die zu tun sind. Und diese dann ohne Aufforderung zu erledigen.

Gott segne dich in der kommenden Woche und helfe dir bei deinem Vorhaben.