Der Wert Ihrer Anwesenheit – Parascha Beschalach und Schalom Bait

28. Januar 2021 – 15 Shevat 5781

Erkennen der Herausforderung einer anderen Person

In der Parascha Beschalach erzählt uns die Tora, dass die *Bnei Jisrael* in den Jahren, in denen sie den *Midbar* (Wüste) durchquerten, immer von einer Feuersäule, der *Amud HaEisch*, oder einer Wolkensäule, *Amud Ha'Anan*, begleitet wurden. In all ihren Jahren in der Wüste waren sie immer von einer der beiden umgeben: Das Feuer diente dazu, das Lager bei Nacht zu erhellen, und die Wolke zeigte ihnen, wohin sie gehen sollten.

Hier stellt sich die Frage. Wenn der Zweck der Wolke nur darin bestand, dem Volk zu zeigen, wohin es gehen sollte, warum war dann ihre Anwesenheit notwendig, wenn die *Jidden* an einem Ort lagerten, was öfter der Fall war? Tatsächlich weist Raschi in Paraschat Masse darauf hin, dass das Volk in den ganzen vierzig Jahren, in denen es in der *Midbar* lagerte, nur 42 Reisen erlebte. Wenn das so ist, was war dann der Zweck der Wolke?

Vielleicht hat *HaKadosh Baruch Hu* (der Heiliger, gesegnet sei Er) in Seiner Barmherzigkeit die Wolke immer da gelassen, um dem Volk ein Gefühl des Trostes zu geben, dass sie für sie da

sein würde, wenn die Zeit kommen würde, wieder einmal zu reisen. Sie war nicht unbedingt produktiv, aber sie war immer da. Ihre Anwesenheit selbst erfüllte einen Zweck.

Sie werden hier benötigt

Das Thema Präsenz, das im Wesentlichen den positiven und gesunden Wunsch einer Person widerspiegelt, in der Gesellschaft eines Ehepartners zu sein, hat das Potenzial, sich in einen unnötigen Streit zu verwandeln. So oft erzählen mir Ehemänner, dass sie nervös werden, wenn sie nach Hause kommen, um ihre Frau zu erfreuen, nur um dann festzustellen, dass sie völlig unnötig sind. Ihre Frau scheint perfekt ohne ihre Hilfe zurechtzukommen und sie fühlen sich wie ein fünftes Rad am Wagen, ihre Anwesenheit ist überflüssig. In ihrer Verzweiflung sagen sie vielleicht zu ihrer Frau: “Du wolltest mich dabei haben? Du wolltest meine Hilfe? Ich bin nach Hause gekommen und es gibt nichts zu tun.” Was solche Ehemänner noch mehr beunruhigt, ist, dass ihre Frauen traurig wirken, wenn sie gehen, weil sie in eigenen Augen nichts getan haben. Was hat er ihr gegeben, dass es ihr so schwer fällt, ohne ihn zu sein? So wie sie es sehen, haben sie einfach ihre Zeit und Energie verschwendet.

Die menschliche Anwesenheit ist eine sehr wichtige Komponente in einer Beziehung. Vor allem für Ehefrauen bedeutet die Anwesenheit ihres Ehemannes – selbst wenn er nichts anderes tut, als im Haus herumzuhängen – ein tiefes Gefühl von Komfort und Sicherheit. Natürlich sollte alles auf eine gesunde Art und Weise geschehen, mit den richtigen Grenzen und zu viel des Guten ist auch nicht gut, aber es gibt etwas, das über die Anwesenheit gesagt werden kann.

Wir finden dieses Konzept im *Ruchniyut* (spiritueller Ebene) wieder. Die Tora rät uns, in der Gegenwart einer rechtschaffenen Person zu sein und warnt uns vor dem Gegenteil.

Wenn Anwesenheit eine gültige Tugend ist, warum führt sie dann zu Frustration, vor allem auf Seiten der Person, von der erwartet wird, dass sie anwesend ist? Zu oft unterschätzen wir den Wert unserer eigenen Anwesenheit. Wenn wir nicht zu schätzen wissen, was es bedeutet, einfach nur für eine andere Person da zu sein, dass dies keine Zeitverschwendung ist, sondern ein Gefühl von Sicherheit und Liebe fördert, fühlen wir uns unwohl, dieses Bedürfnis zu stillen. Ob Sie es spüren oder nicht, die Botschaft "Ich bin für dich da", die sich vor allem in Ihrer körperlichen Anwesenheit zeigt, bedeutet Ihrem/Ihrer Ehepartner/-in so viel. Wenn Sie nicht angespannt oder ängstlich sind, ist Ihre bloße Anwesenheit eine Geste der Fürsorge für Ihren/Ihre Ehepartner/-in. Auch ohne zu sagen: "Was kann ich für dich tun?", tun Sie schon genug.

Wenn Sie eine halbe Stunde lang im Kreis herumlaufen und sich fragen, was Sie Gutes tun, indem Sie anwesend bleiben, unterschätzen Sie nicht die Unterstützung, die Ihre Anwesenheit bietet. In dem Moment, in dem Sie merken, dass Ihre Ehefrau durch Ihre bloße Anwesenheit ruhiger wird und wenn Sie gehen, wird sie angespannt und ängstlich, wissen Sie, dass Sie etwas Großes tun.

Wenn Haschem einen Grund hatte, *"Lo yamusch Amud Ha'Anan"*, die Wolkensäule niemals von dem Volk zurückzuziehen, selbst wenn sie ihren offensichtlichen Zweck, den Weg zu weisen, nicht erfüllte, dann gibt es einen Grund, warum Ihre Anwesenheit in Ihrem Haus wichtig ist – selbst wenn Sie nicht das Essen kochen oder die Böden sauber machen.

Wenn Sie jemals eine *Simcha* (Party) gemacht haben oder Gastgeber/-in bei einer Feier waren, haben Sie dieses Phänomen schon einmal erlebt. Warum wollen wir Gäste auf unserer Feier haben, auch wenn sie ohne Geschenke kommen oder nicht viel am Tanzen oder sonstigem teilnehmen? Warum sehen wir die Anwesenheit eines Verwandten oder Freundes als ein Zeichen ihrer Verbundenheit mit uns? Weil "da sein" viel bedeutet.

Sobald Sie den Wert Ihrer eigenen Anwesenheit schätzen, indem Sie so oft wie möglich anwesend sind, können Sie dann die technischen Details ausarbeiten, wann es für Sie funktioniert und wann nicht. Meistens wird Ihr/e Ehepartner/in das verstehen, wenn Sie auf gesunde Art und Weise oft genug da sind und vorher Bescheid geben, wenn Sie nicht da sein können.

Streitigkeiten entstehen, wenn Menschen ihre eigene Anwesenheit nicht genug schätzen. Da sie es nicht als tugendhaftes Unterfangen, als integralen Bestandteil von *Schalom Bait* (Frieden in der Familie) sehen, suchen sie ständig nach Mitteln, um sich davon zu drücken, was wiederum den/die Ehepartner/-in frustriert. Das Ergebnis ist, dass sich das Ehepaar in unnötige Auseinandersetzungen über ihre Rollen im Haus und die Abwendung von ihrer Verantwortung verstrickt. Wenn man selbst seine Anwesenheit schätzt, kann man auch anderen gegenüber großzügig damit sein. Wenn eine Person den Wert einer ruhigen physischen Anwesenheit versteht, beugt sie vielen Reibereien vor, die dadurch entstehen, dass man sich fragt, welchen Zweck man eigentlich erfüllt.

Ein weiterer Teil der Wertschätzung für die Anwesenheit einer anderen Person besteht darin, diese Wertschätzung zum Ausdruck zu bringen. Wenn Sie Ihrem/Ihrer Ehepartner/-in sagen: “Ich weiß es zu schätzen, dass du da bist”, trägt das viel dazu bei, seine/ihre eigene Wichtigkeit zu bestätigen. Wenn Sie Ihrem/Ihrer Ehepartner/-in zugestehen, dass seine/ihre bloße Anwesenheit Ihnen etwas bedeutet, bestätigen Sie ihn/sie als einen Weg, Ihre Bedürfnisse zu erfüllen. Schämen Sie sich nicht zu sagen: “Ich mag es, wenn du hier bist. Es bedeutet mir sehr viel.” Das mindert nicht nur das Unbehagen der anderen Person, sondern lässt sie auch wissen, dass sie eine Bedeutung hat.

Wenn Sie das Gefühl haben, dass Ihr/Ihre Ehepartner/-in nicht anwesend genug ist, versichern Sie sich nicht, dass Sie ihn/sie nicht brauchen. Das ist nicht der Fall. Ein wichtiger Bestandteil einer gesunden Ehe ist Gesellschaft. Anstatt sich

einzureden, nicht danach zu fragen, nehmen Sie den Mut auf, Ihr Bedürfnis richtig zu äußern. Das ist wichtig für Sie – um die Präsenz zu bekommen, die Sie suchen, und für Ihren/ihre Ehepartner/-in – um sich wichtig zu fühlen.

Apropos physischen Anwesenheit, es ist wichtig, die Kehrseite zu erwähnen: Freiraum zu geben, wenn es benötigt wird. Wenn ein Paar zum Beispiel eine Woche lang im Urlaub ist, bedeutet das nicht, dass einer oder beide Ehepartner nicht ein bisschen Luft für sich selbst brauchen, nur weil sie die Anwesenheit des anderen immens genießen. Ein Ehepartner braucht vielleicht etwas Zeit für ein Telefonat oder sogar für einen kurzen Spaziergang allein. Es ist wichtig, den Freiraum des anderen zu respektieren. Zwei Ehepartner in einer gesunden Ehe können sich eingestehen, dass der benötigte Freiraum kein Zeichen von mangelnder Liebe ist. Es ist ein Zeichen für gesunde Grenzen.

Setz dich zu mir, Mami

Kinder, wie alle Menschen, schätzen die physische Anwesenheit ihrer Bezugspersonen. Die reine Anwesenheit der Eltern gibt ihnen ein Gefühl der Sicherheit. Wie wirkt sich das auf die Beziehung aus? Eltern können mit vielen Dingen beschäftigt sein. Wenn ihr Kind sie bittet, sich zu ihm zu setzen, während es Lego spielt, und die To-Do-Liste ihren Namen ruft, fragen sie sich vielleicht: “Was Gutes tue ich, wenn ich hier so herumsitze?” Besonders für Menschen, die gerne produktiv sind, kann die bloße Bereitstellung ihrer Anwesenheit für ein Kind wie ein Ärgernis erscheinen.

Aber, es ist wichtig zu verstehen, was Ihre Anwesenheit für Ihr Kind bedeutet. Sie gibt Ihrem Kind die Botschaft “Ich bin für dich da”.

Oft lernt ein Kind eine *Gemara* und bittet seinen Vater, bei ihm zu sitzen. “Wenn ich eine Frage habe, werde ich dich fragen”, sagt es zu seinem Vater und setzt das Lernen alleine fort. Der Vater sitzt da, dreht Däumchen und fragt sich, warum

er nicht einfach in den Nebenraum gehen und zurückkommen kann, wenn die Frage auftaucht. Es ist kein Zufall, dass in der Sekunde, in der er aufsteht, um zu gehen, das Kind mit einer Frage auftaucht. Es ist nicht die Antwort, die das Kind sucht; es ist das Gefühl der Sicherheit, das es aus der physischen Anwesenheit des Vaters im Raum schöpft. Seien Sie für Ihr Kind da.

Genau wie bei einem Ehepartner, wenn ein Elternteil selbst nicht zu schätzen weiß, was seine Anwesenheit dem Kind gibt, findet er es frustrierend, “einfach nur da zu sein.” Im Gegenteil, wenn ein Elternteil versteht, was es für das Kind bedeutet, jemanden in der Nähe zu haben, der sich um sie kümmert, wird er in sich selbst viel mehr Geduld finden. Er wird eher bereit sein, sie zu geben.