

Die ewige Eifersucht

Itō Hiromi

Jaja, dies Jahr dauerte der Sommer endlos lange. „Welch Hitze heute wieder“, hat man den Nachbarn ja tagein tagaus grüßen wollen. Früher hatte man im Herbst die Herbstgrüße und im Winter die Wintergrüße, aber die sind ja nun längst in Vergessenheit geraten.

Also, was heißt hier früher. Das ist jetzt nicht so früher als die Dinosaurier gelebt haben, sondern nur so gerade eben vor kurzem. Als die Oma klein war, da gab es so was, das hieß Winter, da blies der Nordwind, da legte sich etwas, das nannte man Raureif. Und da sagte man dann: „kalt“. Was? Das verstehst du nicht? Also, wie soll ich sagen, das fühlte sich so an, wie wenn du dich gaanz lange in den Kühlschrank setzt. Was? Hast dich da noch nie reingesetzt? Ist natürlich klar, bist ja auch kein Stück Fleisch oder ein rohes Ei. Also, schau mal, du bist jetzt in einem Zimmer mit eingeschalteter Klimaanlage und isst drei große Becher voll geschabtem Eis mit Sirup. Das wird dann soo kühl, dass du davon Zähneklappern bekommst. Was? Da kriegst du Durchfall von? Ja sicher, das vielleicht auch, aber das meine ich jetzt nicht. Nun sei mal still und hör zu. Früher gab's so was, da wurde es einem kühl, auch ohne, dass man geschabtes Eis aß. Ohne, dass man irgendein Eis gegessen hatte, war die Luft ganz von allein gaanz eisig kühl, und deine Händchen und deine Öhrchen wurden dann auch gaanz kühl. Was? Nein, die Klimaanlage war da nicht an. Also, das verstehst du nicht? Da lässt sich dann wohl nichts machen. Die Kinder von heute kennen das Wort „kalt“ nicht mehr. Was soll man da noch sagen.

Ja, was mir dann angesichts der quälenden Hitze, die die Erderwärmung heute verursacht, noch einfällt ist das Thema „Eifersucht“.

Die ist so ähnlich wie das „Warten“, ja, manchmal weiß man gar nicht mehr, ob es sich um das eine oder das andere handelt. Wenn man nämlich wartet, dann wird man im Innern ganz kribbelig, und während dieses Kribbeln in einem aufsteigt, erwachen die Dämonen des Zweifels in einem, und man denkt sich Dinge aus, die es gar nicht gibt, und dann blähen sich die Fantasien langsam auf, bis man vor Eifersucht wahnsinnig wird...

Das ist ziemlich hart.

„Hallo, Frau Hiromi, sind Sie zu Hause?“, höre ich meine Vermieterin. Sie ist Ende sechzig, unverheiratet.

„Oh, Frau Vermieterin, Sie sind zurück. Wie war Ihr Urlaub im Ausland? Schön, dass Sie sich das leisten konnten. Wo hier im Haus doch alle mit der Miete in Verzug sind...

„Na, die Reise habe ich unternehmen können, weil alle außer Ihnen immer brav zahlen. Heute ist der letzte Tag. Heute zahlen auch Sie. Aber davor schauen Sie sich das mal bitte an. Da ist man gerade zwei Wochen fort. Und in der Zwischenzeit hat man so ein Fax bekommen.“

Auf dem Blatt stand in großer gekritzelter Schrift:

„Liebe Frau Y, zerstören Sie nicht unsere Familie und unseren Frieden. Wir haben einen Sohn, der Hikikomori ist. Hören Sie auf E-Mails zu schicken und rufen sie nie wieder an! X“

„Wer ist denn Frau Y?“

„Na, das bin ich.“

„Ach was, Sie hatten noch so einen Namen?“

„Den haben mir meine Eltern gegeben. Ich bin ja schließlich auch nicht von Geburt an Vermieterin.“

„Aber Frau Vermieterin, da machen Sie ein Gesicht, als könnten Sie keinen Menschen erschlagen, und im Verborgenen machen Sie ja ganz schöne...“

„Ich bitte Sie, das heißt doch wohl eher ‚keiner Fliege etwas zu Leide tun‘ sagt man vielleicht. Einen Menschen erschlagen, das wäre ja schrecklich. Aber ich habe überhaupt keinen blassen Schimmer, was das soll.“

„Ach, das ist aber ... grauenhaft!“

„Was reden Sie da?“

„Nun ja, Frau Vermieterin, kennen Sie jemanden mit dem Namen X?“

„Ja.“

„... also doch, grauenhaft!“

„Ein Klassenkamerad aus der Oberschule. Damals war er wohl in mich verliebt. Aber ich habe ihn fünfzig Jahre lang nicht getroffen, und es ist auch schon ein Jahr her,

dass wir aus irgendeinem seltsamen Grund einige Emails ausgetauscht haben. Er schrieb da, dass er in einen Ort hier in die Nähe käme und mich treffen wolle, aber ich habe ihm geantwortet, ich sei zu beschäftigt.“

„Das heißt, Sie hatten auch keinen Sex?“

„Ich habe ihn ja nicht einmal getroffen. Also, dieses eine Fax ist am Abend des so und so vielten gekommen, und nur fünf Minuten später kam das zweite. Nach fünf weiteren Minuten kommt das dritte Fax, und ein paar Tage später das vierte und das fünfte.“

„Wer das wohl sein könnte? Ich bin zwar nicht gut mit Sprichwörtern, aber trotzdem ein Profi in der Textanalyse. Hmm. Es handelt sich, vom Wortinhalt zu schließen, fraglos, um die Ehefrau von X.“

„Also doch.“

„Ja. Ganz offensichtlich hat der liebe Klassenkamerad X, als er jung war, die Chance zu einer frühen Heirat verpasst und dann so gegen vierzig eine jüngere Frau geheiratet. Die Ehefrau ist heute Mitte fünfzig, hat gerade die Menopause hinter sich. Der Sex wurde in den vergangenen Jahren sporadischer. Das letzte Mal ist auch schon ein Jahr her. Zwei Kinder. Die ältere Tochter hat einen Job und arbeitet, aber nach wie vor keine Spur von einem Mann. Der Sohn ist Mitte zwanzig und seit knapp zehn Jahren Hikikomori. Zeitweilig kam es zu häuslicher Gewalt, aber das hat sich nun etwas gelegt. An dem betreffenden Abend ist sie ganz alleine. Der Mann kommt nicht nach Hause, die Tochter macht Überstunden, der Sohn ist wie immer im zweiten Stock verschanzt ... Allein mit sich hat sie Shrimp-Chips oder etwas ähnliches gegessen, aber langsam kochen der Zweifel und die Eifersucht in ihr hoch, werden immer größer, bis ihre Hemmungen abfallen und sie endlich zum Hörer greift. Doch Sie sind ja gerade im Urlaub. Und Sie haben nicht einmal den Anrufbeantworter eingeschaltet. Also, diese verdammte Vermieterin will sie auch noch ärgern, indem sie so tut als sei sie nicht da. Nun schäumt die Frau vor Wut, und da kommt das erste Fax: totototo (das ist das Sendesignal!), piii (Ton für die Sendebestätigung!). Sie ringt ein paar Mal nach Luft, um sich zu beruhigen, aber das will nicht klappen. Nun greift sie wieder nach den Schrimp-Chips, und wie sie so knabbert, brodeln Wut und Eifersucht erneut in ihr hoch, da kommt das zweite Fax. Totototo, piii. Dann wieder Schrimp-Chips, knabber, knabber, knabber, und nach einer Weile Fax Nummer drei, totototo, piii. Knabber, knabber, knabber.

Währenddessen starrt der Sohn im zweiten Stock auf seinen Bildschirm und spielt besessen Computergames...“

„Kommt mir irgendwie bekannt vor, wie Sie das erzählen.“

„Aber eigentlich muss man da auch Mitleid haben, oder? Da schickt sie innerhalb von zehn Minuten gleich drei solcher Faxe. Sie muss schon ziemlich verzweifelt gewesen sein.“

„Ja eben, darauf bin ich auch gekommen. Irgendwo sitzt da eine Frau und macht sich solche Gedanken. Ist ja nicht so, dass ich das nicht kennen würde. Früher ging mir das auch schon so. Da brodelte es in einem. Dass man es einfach nicht aushält. So etwas habe ich dann zwar nicht fertiggebracht. Naja, was ich alles gemacht habe, das war im Grunde ganz ähnlich.“

„Ich habe ‚so etwas‘ auch schon gemacht, furchtbar oft, das machen alle. Es gibt keine reife Frau, die das nicht hinter sich hat.“

„Also ab und an reden Sie ja wirklich ganz vernünftig daher.“

„Hehe, da können Sie ja auch noch etwas warten mit ihrer Miete.“

„Da gibt’s nichts zu warten. Auf jeden Fall, ich verstehe ja wirklich nur zu gut, wie es dieser Person geht. Ich dachte deshalb, wie wär’s, wenn ich ihr einfach zurückschreibe: ‚Sie haben sich das alles eingebildet, es ist überhaupt nichts passiert‘?“

„Das glaubt die nie im Leben. Die wird ja von ihren Dämonen des Zweifels getrieben und kann gar nicht mehr geradeaus denken. Das nächste Mal, wenn sie sich wieder so quält, dass sie es nicht aushält und bei Ihnen anruft, dann müssen Sie ihr ganz aufrichtig Rede und Antwort stehen. Was anderes bleibt Ihnen nicht übrig. Wenn sie Ihre Stimme hört, wird sie sich ein klein wenig beruhigen.“

Also schauen Sie doch nur mal in die Literaturgeschichte, da wimmelt es von solchen Leuten. Die Männer bringen vor Eifersucht ihren Partner um. Dagegen verabscheuen die eifersüchtigen Frauen statt des Mannes die Tat, und hassen dafür eine andere Frau. Stimmt, oder? Dame Rokujō bringt mit ihrem Fluch nicht den Prinzen Genji, sondern seine Frau Aoi um, und Medea legt den Brand nicht, um Jason zu morden, sondern die Dingsbums, seine neue Frau. Nicht wahr? Das war immer so. Heute in Japan ist das nicht anders. Kürzlich hat eine Frau das Haus von ihrem Geliebten angezündet. Ein paar Kinder sind darin verbrannt. Aber gerade der betreffende Mann war eben nicht zu Hause. Und dann war da noch die Frau, die die Geliebte ihres Mannes gestalkt hat,

bis sie sie am Ende mit ihrem Auto überfuhr. Ja, Frau X denkt sich im Moment wahrscheinlich auch gerade, aah, diese böse Vermieterin, die meinen armen Mann betrogen hat! Aaah! Wie ich sie hasse. Feuer, Schwefel, ..!“

Die Frau Vermietern hat so Angst bekommen, dass sie schnell nach Hause rannte und darüber sogar ihre Miete vergaß.

Als hätte sie darauf gewartet, war, gerade als die Vermieterin kehrt gemacht hatte, auf meinem Computer eine Email mit einer Bitte um Rat angekommen. Die Anfrage war mindestens so tragisch wie die Geschichte der Vermieterin.

„Liebe Hiromi, ich ertrage es einfach nicht mehr. Mein Freund hat seit kurzem eine andere. Die Frau ist auch noch verheiratet und hat Kinder. Ich bin eigentlich auch nur seine Geliebte, aber wir sind schon seit fünf Jahren zusammen. Seine Frau weiß nichts von mir. Wenn ich ihn nach seiner neuen Freundin frage, leugnet er nur alles ab. Aber ich bin mir sicher. Ich will es unbedingt hinbekommen, dass die Familie der neuen und seine Frau davon erfahren.“ (39 Jahre)

Ich fasse kurz zusammen. Die ratsuchende Frau A ist ledig, hat aber den verheirateten Mann B als Liebhaber. Vor kurzem hat dieser, unter Fortführung der Beziehung mit Frau A, (scheinbar) eine Beziehung mit Frau C begonnen, die selbst eine Familie hat. Das ertrug Frau A nicht. Wenn man die Mail in ihrer gesamten Länge überflog, dann schien Frau A das Gefühl zu haben, die Beziehung mit Mann B sei an ihr Ende gelangt. Aber sie kann sie trotzdem nicht beenden. Denn sie kann nicht aufhören, eifersüchtig zu sein.

„Weshalb werde ich so von der Eifersucht gequält? Wenn ich es lassen könnte, dann wollte ich es. Aber ich schaffe es einfach nicht, nicht eifersüchtig zu sein,“ schreibt diese Frau in ihrer Pein.

Ja, und sie und die Ehefrau von X sind eben nicht die einzigen. Immer und immer wieder bekomme ich dieselben Gesuche um Rat zugeschickt. Alle suhlen sich in ihrer Eifersucht.

„Ich habe eine Beziehung mit einem verheirateten Kollegen aus unserer Abteilung, ohne dass die anderen davon wissen. Über seine Frau mache ich mir keine

Gedanken, aber dass er mit einer Kollegin auf gut Fuß steht, das finde ich unerträglich.“ (32 Jahre)

Ähnlicher Fall:

„[Die Beneidete] ist jünger als ich, sehr attraktiv, kommt aus guter Familie, und hat einen Abschluss von einer guten Uni. Sobald mich eine Sache an ihr angefangen hat zu stören, schlug mir plötzlich alles auf, und in letzter Zeit ist mir ihre ganze Person so vollkommen verhasst, dass es kaum zu ertragen ist. Mit meinem Kurzzeitstudium und meinem mittelmäßigen Äußeren komme ich mir wirklich furchtbar elend vor.“ (35 Jahre)

Die „Eifersucht“ entspricht dem „Warten“, und das „Warten“ entspricht der „außerehelichen Beziehung“, und folglich betrifft eine große Anzahl der Gesuche auch eine solche.

„Ich habe einen festen Freund, und wir planen zu heiraten. Aber ich kann einen anderen Mann, von dem ich mich bereits vor zwei Jahren getrennt habe, nicht vergessen. Ich hatte mich nach einer einjährigen Beziehung von ihm getrennt, weil ich es nicht ausgehalten habe, dass er verheiratet war. Es gab noch nie jemanden, den ich so geliebt habe und mit dem ich mich so verbunden gefühlt habe. Ich mache mir deswegen Sorgen, ob ich bereit für die Ehe bin.“ (26 Jahre)

Diese Person schrieb, dass sie die Eifersucht auf seine Ehefrau, die Ungewissheit hinsichtlich ihrer Zukunft, und die Verheimlichung der Beziehung gegenüber ihrer Umgebung nicht habe ertragen können.

Hier müssen wir nun endlich auch einen wesentlichen Aspekt der außerehelichen Beziehung festhalten.

„Das Fremdgehen ist etwas Besonderes,“ schrieb ich in meiner Antwort.

Also, als ich selbst jung war und eine außereheliche Beziehung hatte und darin fast verglühte, habe ich auch fest geglaubt, dass allein der rote Faden der Liebe uns verband. Ich meinte ebenfalls, dass die Liebe keinesfalls wegen dem Fremdgehen entbrannt war, und dieser Mensch etwas ganz Besonderes war.

Nun, heute weiß ich es besser. Die Liebe schlägt beim Fremdgehen um dreißig Prozent mehr Flammen.

Wenn man an einer Beziehung festhält zu einem Mann, der toll wäre, wenn nur seine Frau nicht wäre, dann ähnelt das ziemlich stark der Beziehung zu einem alkoholkranken Mann. Da sagt die Frau auch so Sachen wie „Wenn er nicht trinkt, ist er

ein lieber Ehemann,“ oder „Ohne mich würde er ja kaputtgehen.“ Ist ja schön, wenn sie ihn unterstützt. Das Problem ist, dass sie dabei seine Alkoholsucht mit unterstützt.

„Reden wir Klartext. Erstens. Wenn Du denkst, der Partner wäre ‚ein so toller Mann, wenn nur seine Frau nicht wäre,‘ wo es doch eindeutig sein Fehler ist, dass er fremdgeht, dann verschließt Du die Augen vor seiner sich selbst verkennenden, maßlosen Gelüsten und seiner verzögerungstaktischen Unentschlossenheit. Zweitens. Er hat Dich nicht zu seinem Partner gewählt. Hätte er Dich gewählt, dann handelte es sich auch nicht um ein Verhältnis. Also schau den Tatsachen ins Auge,“ war meine Antwort.

Kurze Definition der Eifersucht.

Im buddhistischen Vokabular gibt es den Begriff „*tonjinchi*“.

Das Wort schreibt man mit den chinesischen Schriftzeichen für Gier, Zorn und Dummheit.

Das sind die drei Gründe für alles menschliche Leid.

Das Gelüst, immer mehr haben zu wollen, der Zorn darüber, dass nichts wird, so wie man es will, und die Dummheit, nicht nach dem Wissen zu trachten. Na gut, das hört sich jetzt an wie eine buddhistische Predigt.

Aber ist doch seltsam.

Eifersüchtig wird man schließlich nicht aus eigenem Antrieb, weil man eben gerade Lust hat, eifersüchtig zu sein. Eifersüchtig wird man nur, weil man einen Partner hat. Ganz egal wie erleuchtet und geläutert man schon selbst meint, durchs Leben zu gehen, wenn der eigene Mann sich eine andere Frau zulegt, stürzt man ins bedingungslose Chaos der Gefühle. Aber ist das nicht das allermenschlichste? Ist doch nicht unsere Schuld!

„Nana, genau da liegt dein Fehler,“ höre ich den Alten aus der Nebengasse [*Figur aus dem Rakugo – Anm d Übers*] nun mich schimpfen. Wie? Was meine Vermieterin dazu sagen würde? Die kannst Du ja wohl vergessen, so unreif wie die ist. Schon fast siebzig und noch so unerleuchtet wie ein Fisch. Hihhi, deswegen schafft sie es auch nicht, ihren lieben X zu hassen. Das ist eben das Schicksal aller Frauen.

Also nein, bei dem, was ich schon alles durchgemacht und erlitten habe, muss ich mich von keinem Alten mehr tadeln lassen. Mein Los habe ich genau reflektiert, ja, so dass ich mit mir heute ganz und gar im Reinen bin. Wenn es einen Weg der Eifersucht

gibt, dann habe ich alle Stufen durchlaufen und bin in ihre tiefsten Geheimnisse initiiert. Nein, nein. Hier geht es nicht um die Kunst, eifersüchtig zu werden, sondern um die, mit der man die Empfänglichkeit überwindet, der Eifersucht anheim zu fallen.

Da wären wir nun endlich beim Wesen der Eifersucht.

Ich prononciere es klipp und klar. Seid ihr bereit? Nicht erschrecken.

Das Wesen der Eifersucht besteht im Kampf mit dem Selbst.

Wenn einem das Selbstvertrauen abhandenkommt, dann packt einen die Eifersucht. Oder man verliert sein Selbstvertrauen, wenn man eifersüchtig wird.

Das heißt, die Eifersucht ist der Moment, in dem man sich selbst nicht stark fühlt und meint, selbst weniger wert als jemand anderes zu sein.

In uns allen schlummert irgendwo das triebhafte Verlangen, stärker als die anderen zu werden und möglichst viele eigene Nachkommen zu hinterlassen. Wenn ein Anderer ins eigene Territorium eindringt, dann wird der Störenfried bekämpft. Und wenn einer daherkommt, der stärker als man selber ist, dann denkt man sich, verfluchter Dreck. Ganz recht, derartige Gefühle und Verhalten kommen bei allen Tieren vor, die sind ganz normal. Das gehört eben zu unseren universalen Impulsen als Lebewesen.

Und meiner Meinung nach ist das mit der „Liebe“ ganz genauso.

Wenn man sich in jemanden verliebt, wenn man die Person unbedingt kennenlernen will, möglichst mit ihr zusammen sein will und sich nach ihr sehnt, wenn man von ihr getrennt ist, dann handelt es sich dabei meiner Meinung nach zuallererst um „Herrschaft“, oder jedenfalls um den Wunsch, sich beweisen zu können, dass man stark ist.

Jawohl. Das ist jenseits von aller Subtilität.

Nun ja, früher habe ich das auch nicht so genau begriffen, da habe ich auch gedacht, dass man sich einfach so verknallt, aber irgendwann ist mir die Erleuchtung gekommen. Ja, mein jetziger Mann ist schon ein armer Kerl. Der meint, aus Liebe seine Frau gefunden zu haben, und dabei ist er dann an mich geraten.

Ich liebe dich, hört man manchmal seinen Partner sagen. Kauf das, sagt er, und man stimmt zu. Ich will das essen, sagt man, und man macht mit. Ist das Gleiche bei Männern und Frauen. Wenn der Partner Sex will, macht man eben mit, auch wenn es gerade etwas nervt. Er liebt einen ja. Und auch wenn man denkt, man kann eigentlich

keine Kinder gebrauchen, naja, da bringt man sie eben trotzdem auf die Welt. Darauf war der Feind aus.

Sind die Kinder auf der Welt, ist man sehr beschäftigt. Wechsel die Windeln, oder hol sie von der Krippe, sagt man dann zu seinem Partner, und weil der einen ja auch liebt, macht er eben mit. Genau darauf war man selbst auch aus.

Manch einer will beherrscht werden. Der empfindet Lust, wenn er sich sagen kann, er werde vom anderen beherrscht. Das ist dann die Umkehrung der Herrschsucht. Aber selbst dann quält einen die Eifersucht, wenn man erfährt, dass er lieber eine andere Frau beherrschen will statt einen selbst.

„Eifersucht“ ist der Zorn, den man empfindet, wenn sich die eigene Stärke wegen jemand anderem nicht mehr entfalten kann.

Wenn man selbst gewonnen hat, wird man nicht eifersüchtig. Wenn der Andere etwas jünger ist, oder etwas hübscher ist, oder mehr verdient, dann fängt das Podest, auf dem man selbst steht, an, zu wackeln und man wird eifersüchtig. Das ist dann der Grund dafür, dass man kleinmütig und unsicher wird und am Ende in Trauer verfällt und sich am liebsten in Luft auflösen will.

Dass mich die folgende Bitte um Rat erreichte, ist schon eine Weile her, aber sie passt hier perfekt.

„Bitte helfen Sie mir. Ich habe ein wirklich doofes Problem. Vor einem Jahr habe ich mich scheiden lassen. Der Grund für die Scheidung war ein Seitensprung meines Mannes. Seine Geliebte arbeitete in einer Bank. Seitdem überfällt mich, jedes Mal, wenn ich eine Bankangestellte sehe, ganz egal wo, selbst in der Bank (in Banken gibt es furchtbar viele Bankangestellte), ein unbedingter Fluchtimpuls. Ich finde es erbärmlich, dass ich mich immer noch nicht davon befreit habe, obwohl es schon ein Jahr her ist.“ (30 Jahre)

Das ist überhaupt kein doofes Problem. Es bringt vielmehr nahe, wie sehr sie ein Jahr zuvor gelitten haben muss.

„Pro Scheidung rechnen Sie bitte mit vier Jahren,“ habe ich ihr geantwortet.

Vier Jahre, das ist die Zeit, die es braucht, bis die Wunden verheilt sind. Ein Jahr nach der Scheidung, das ist gerade erst der Anfang. Da ist noch überhaupt noch nichts im Lot. Nach außen scheint alles in Ordnung zu sein, aber innen drin, da ist man ein Wrack. Da muss es dann nur so eine Kleinigkeit sein wie, dass man eine Bankangestellte

zu Gesicht bekommt, und zack schon ist die Wunde aufgerissen und fängt wieder frisch an zu bluten.

„Solcher Kummer legt sich irgendwann immer. Aber so lange es weh tut, ist es besser, Sie halten sich von Bankangestellten fern. Am Automaten oder übers Internet kann man auch Geld abheben und überweisen. Machen Sie sich das zu Nutze und arbeiten Sie einen Plan aus. Wer flieht, gewinnt. Bei Eile noch ein Umweg. Schämen brauchen Sie sich dafür kein bisschen. Nehmen Sie Reißaus und verkriechen Sie sich,“ schrieb ich ihr dazu.

Weil ich, wie bemerkt, alle Stufen der Eifersucht durchlaufen und es zum höchsten Meistergrad gebracht habe, wurde mir natürlich am Ende auch so eine Schriftrolle ausgehändigt. Ja, oben darauf steht da geschrieben: „Allerletztes Mysterium“. Das wollen wir hier jetzt noch kurz aufrollen.

Jawohl. Zunächst gehört es zum Menschsein, dass man sein Selbstvertrauen verliert und sich niedergeschlagen fühlt. Es ist auch selbstverständlich, dass es irgendjemanden gibt, der einem überlegen ist, und dass man darum Neid empfindet, und deswegen ist es am besten, dass man sich von diesen Gefühlen freimacht, ohne sie zu unterdrücken.

Wenn einem das gelingt, dann kommt man zu der Einsicht, dass man selbst ist, was man ist.

Am besten betrachtet man dazu die Dinge mit ein bisschen Abstand zum gewöhnlichen Wertmaßstab. Der gewöhnliche Wertmaßstab ist der, der sagt, es sei besser, schlank, jung und schön zu sein, als dick, alt und hässlich.

Hier kommt nun die Unbeständigkeit alles Irdischen ins Spiel.

Alle waren früher mal schlank und schön und jung, aber im Lauf der Zeit werden alle dick und alt und hässlich. Das kann nun niemand vermeiden, ganz egal wer.

Wenn man dann, wenn man dick und alt und hässlich geworden ist, immer noch den besagten Wertmaßstab in Ehren hält und wie Schneewittchens Stiefmutter meint, man sei bis auf alle Ewigkeit die schönste im ganzen Land, dann fällt man auf die Nase. Hier gilt es nun den Wertmaßstab etwas zu verschieben. Man springt aus dem Rahmen. Man schlägt eine neue Seite auf.

„Ich bin, was ich bin.“

Man selbst zu sein, das ist nicht einfach. Aber auch wenn es nicht leicht gelingt, wenn man es hinbekommt, hält es ein Leben lang.

Ja, dann wäre da, sich für irgendetwas anderes zu begeistern.

Man braucht die Beziehung zu dem Mann oder der Frau ja nicht zum Mittelpunkt seiner selbst machen. Nun ja, natürlich nur, insofern das klappt. Das schafft man leider auch kaum. Von meiner eigenen Erfahrung her zu urteilen, gelingt es den Männern, nachdem sie einmal sechs bis sieben Jahre mit einem zusammen waren.

Ganz hervorragend ist, wenn man sich anderweitig eine Sache anschafft, mit der man seine Herrschsucht zuverlässiger befriedigen kann. Einen Hund zum Beispiel. Oder eine Katze. Oder Gartenarbeit. Kinder sind absolut ausgeschlossen. Für so etwas sind die unbrauchbar. Darüber sollte man sich von Anfang an im Klaren sein.

Ja, als nächstes sollte man sich noch die Angewohnheit zuzulegen, bei jedem Kompliment Freudensprünge zu machen. Wenn man geübt darin ist, in beste Stimmung zu geraten, sobald einem irgendein Kompliment gemacht wird, dann steht man schneller wieder auf den Beinen, egal wie schlimm die Eifersucht, wie beschädigt das Selbstvertrauen, wie tief die Schwermut gewesen war.

Darüber hinaus wäre dann noch der Gedanke, dass man neben dem Eifersüchtigsein ja noch eine Reihe andere Eigenschaften mit sich trägt, ohne die man ganz gut leben könnte, so was wie die eigene „Knausrigkeit“, „Ungeduld“ oder die „Schludrigkeit“.

Schließlich kann man sich noch erinnern, dass man ja nicht nur „eifersüchtig“ ist, sondern auch noch ein paar andere Eigenschaften mit sich herumträgt, ohne die man ganz gut leben könnte, dass man zum Beispiel „knausrig“ ist, oder „ungeduldig“ oder „schludrig“. Die „Eifersucht“ ist dann am Ende nur eine unter einer ganzen Reihe von Charakterzügen, die allgemein einen schlechten Leumund haben.

Es ist jetzt nicht so, dass außereheliche Beziehungen allein das Patent für die Eifersucht hätten. Die Eifersucht gehört uns allen. Es gibt eine Menge Frauen, die, obwohl sie verheiratet sind, auf jede Frau, mit der ihr Mann außer Haus zu tun hat, eifersüchtig sind. Die Frauen, die sagen, sie seien nicht mehr eifersüchtig geworden, nachdem sie geheiratet haben, vergessen in der Regel nur den Zusatz „als etwa zehn Jahre

seit der Heirat vergangen waren und sich das auf und ab der Beziehung vollkommen gelegt hatte.“

Zum Beispiel habe ich so eine Mail bekommen.

„Meine Frau verdächtigt mich eines Seitensprungs, dabei ist überhaupt nichts dran. Mit der anderen Frau habe ich beruflich zu tun. Es stimmt schon, dass ich mit ihr auf gutem Fuß stand. Aber nichts von dem, wofür mich meine Frau verdächtigt, trifft zu. Sie war eher jemand, der Verständnis für mich aufbrachte. Meine Frau stellt sich auf stur, egal, was ich ihr erzähle. Es ist mir selbst peinlich, aber es macht mir Angst, wie meine Frau jeden Augenblick losspringen will, um die Andere zur Rede zu stellen. Wie kann ich ihren Argwohn nur zerstreuen?“ (45 Jahre)

Der Ratsuchende ist ein Mann, aber ich habe ja meinen Meisterabschluss. Deswegen weiß ich natürlich auch in einem solchen Fall gaanz genau, was zu tun ist.

„Hier heißt es Ihrer Frau einzuflößen ‚Du bist meine Favoritin‘. Auch wenn es nicht stimmt, dürfen Sie sie nicht warten lassen. Wenn sie wartet, dann schöpft sie Misstrauen und sieht Geister, und dann brodeln unnötige Fantasien in ihr hoch, und von denen wird sie dann in Geiselhaft genommen. Sie müssen ihr ständig Nachricht geben, so dass es ihr schon fast verdächtig vorkommt und sie anfängt Sie aufdringlich zu finden. Dann müssen Sie sie ausführen. Sex gehört selbstverständlich dazu,“ war meine Antwort.

Und dann kam eine Bitte um Rat bezüglich genau desselben Problems, nur diesmal von Seiten der Frau. Man hätte fast meinen können, dass es sich um ein und dasselbe Ehepaar handelte. In dem Fall hatte die Frau das Handy ihres Mannes überprüft und eine riesige Menge Mails von einer Frau entdeckt. Nachdem sie sich ewig darüber den Kopf zerbrochen hatte, hatte sie ihren Mann schließlich zur Rede gestellt, und hat es geschafft, ihm das Versprechen abzunehmen, die andere Frau sei nur eine Email-Freundschaft, und sie sei seine große Liebe. Aber innendrin, da brodelte es weiter.

„Wir gehen jetzt häufiger zusammen etwas trinken und haben auch mehr Sex, aber ich habe immer noch Angst. Ich kann nicht glauben, dass es vorbei ist. Ich habe keinen Appetit und wenn er abends spät nach Hause kommt, werde ich nervös. Muss ich meinem Mann einfach vertrauen und einen Schlussstrich unter alles ziehen?“ (40 Jahre)

Ich habe ihr folgende Antwort geschrieben.

„Ganz genau, vertrauen Sie ihrem Mann und ziehen Sie einen Schlussstrich. Und tun Sie das nicht aus der ‚Defensive‘ heraus. In solchen Lebenssituationen muss man

immer in die ‚Offensive‘ gehen. Wenn Sie heimlich in sein Handy gucken, agieren Sie ‚defensiv‘. Wenn Sie mit ihm gerne ausgehen und Sex haben, dann handeln sie ‚offensiv‘.“

Fast hätte ich es vergessen. Eifersucht ist keineswegs nur auf Liebe und Lust beschränkt. Ob man im Studium und bei der Arbeit Erfolg hat, ob man Talent, ein anziehendes Äußeres, oder Geld hat. Das sind alles Gründe, wegen denen die Menschen eifersüchtig werden.

„Nach dem Oberschulabschluss habe ich bei der Firma weitergearbeitet, wo ich vorher gejobbt hatte. Meine Schulkameradinnen haben dagegen weiterstudiert, dann eine Arbeit gefunden und stehen heute fest im Berufsleben. Ich fühle mich zurückgesetzt. Es macht mich selbst ängstlich und traurig, dass ich deswegen eifersüchtig werde und mich aufrege.“ (26 Jahre)

Ebenso:

„Mir fehlt das Selbstvertrauen bezüglich meines Aussehens. Wenn ich jemand mit einem attraktiven Äußeren sehe, kommt mir die Galle hoch. In der Schule war ich gut, und ich bin beruflich qualifiziert und arbeite heute als Fachkraft. Aber wenn unter meinen Kollegen oder Untergebenen eine nur einigermaßen hübsche Frau ist, dann hasse ich sie aufs Blut. Darunter leide ich schon mein Leben lang.“ (44 Jahre)

Noch eins:

„Ohne dass ich es wollte, vergleiche ich mich immer mit den Anderen. Ein jeder Mensch unterscheidet sich ja in seinen Fähigkeiten, seinen gesammelten Erfahrungen und seinem Streben, aber ich habe immer das Gefühl, dass mir etwas fehlt. Werde ich mich in Zukunft auch bei jeder Sache mit den Anderen vergleichen, sie beneiden, und in Selbsthass und in Trübsinn verfallen?“ (32 Jahre)

Und noch eins:

„Es ist mir selbst zuwider, dass ich eifersüchtig auf meine beste Freundin bin. Wir sind seit unserer Schulzeit befreundet, haben beide, als wir jung waren, eine Scheidung durchgemacht, und uns in unserem bisherigen Leben immer gegenseitig unterstützt. In letzter Zeit ist sie beruflich sehr erfolgreich, und auch in der Zeitung wurde schon über sie berichtet. Als ich den Artikel las, habe ich mich furchtbar elend gefühlt.“

Dass ich gegenüber meiner besten Freundin so negative Gefühle habe, finde ich selbst kaum zu ertragen.“ (über 30 Jahre)

Ihre Eifersucht war so schlimm, dass sie noch dazuschrieb: „Liebe Hiromi, haben Sie jemals so etwas schmerzhaftes durchgemacht?“

Selbstverständlich. Während ich früher aufs aller unerbittlichste eifersüchtig war, ist mir in letzter Zeit allerdings ganz und gar abhandengekommen.

Haha, das hat nicht nur mit meiner Meisterqualifikation zu tun.

In letzter Zeit ... na gut, also so die letzten zehn Jahre. In Bezug auf die Männer, und auch beruflich bin ich mit mir heute im Reinen. In Kürze bekomme ich bestimmt von Buddha eine Verdiensturkunde zugestellt.

Der Spruch „ich bin, was ich bin“ war für mich, als ich jung war, eine nicht verschreibungspflichtige Universalmedizin, die ich wie Magentropfen oder Abführmittel in meinem Arzneischrank stehen hatte. Die habe ich die ganze Zeit ziemlich blindlings mit mir herumgeschleppt. Seit zehn Jahren lebe ich nun allerdings im allertiefsten Hinterland, und mir geht's, als wäre ich in Verbannung. Ich lese keine aktuellen Sachen und treffe kaum mehr aktuelle Menschen. Wenn ich dann ab und zu wahllos irgendetwas lese, finde ich, weil es so selten vorkommt, alles furchtbar interessant. „Ich bin, was ich bin“ kannte ich, aber dass „die Menschen sind, was sie sind“, habe ich erst bemerkt, nachdem ich ein bisschen Abstand zum Menschenvolk genommen hatte.

Darüber hinaus kommt mir ja eine ganze Menge Kummer zu Ohr.

Wenn man so Tag für Tag den Kummer der Menschen zu Ohren bekommt, dann kriegt man den starken Eindruck, dass die Menschen irgendwie so Masse formen, und aus dieser Ansammlung von „ich bin, was ich bin“ ein „wir“ wird. Wenn man so überlegt, dass ich bin, was wir sind, und außerdem ein Mensch, dann braucht man sich um die Eifersucht nicht mehr zu scheren.

Die Männer, naja, ich meine, mein Mann ist für mich immer noch so ein toller Typ, dass ich ihn schütteln könnte, ja, dabei sieht er aus Sicht der Anderen nur aus wie ein Opa, der aussortiert gehört. Einen solch objektiven Blick, dass ich das kapiere, habe ich mir inzwischen angeeignet. Früher hatte ich den nicht. Da hatte ich das Gefühl, dass alle Frauen in der Umgebung es auf ihn abgesehen hatten und kam überhaupt nicht zur Ruhe.

Seine zunehmenden Geheimratsecken, sein Bäuchlein, seine Falten im Gesicht und das Nachlassen seiner sexuellen Leistungsfähigkeit haben es mich zutiefst spüren lassen, dieser Mann verfügt nicht mehr über die Robustheit, dass er irgendwo anders noch dies und das unternimmt, und endlich kann ich daran glauben, dass er mir treu bleibt. Geschieht ihm recht.

Altersflecken, Falten, graue Haare und Fett.

„Biste aber dick geworden“, löst bei mir kein Wimpernzucken mehr aus. Ich bin, was ich bin, das gehört dazu, wenn man erst mal fünfzig ist, mein Mann, dem ich mich so zeige, sagt, das ist in Ordnung wie du bist, deswegen kann ich mit vollem Selbstvertrauen sagen, ist in Ordnung so. Ich weiß nicht, ob es leichter gewesen wäre oder nicht, wenn ich dieses Selbstvertrauen gehabt hätte, als ich jung war. Es ist ein Selbstvertrauen auf Zeit. Und es ist eins, das wirkt hervorragend gegen die Eifersucht.