

3.4 PARTNERSCHAFT ZWISCHEN MANN UND FRAU

Die Beziehung zwischen Mann und Frau ist die ursprünglichste Beziehung überhaupt. Ohne diese Beziehung gäbe es alle anderen Beziehungen nicht. Die Paarbeziehung hat Vorrang vor dem Eltern-Sein. Häufig passiert es den Paaren, dass sie aufgrund der starken Beanspruchung durch die Kinder die Mann-Frau-Beziehung vernachlässigen. Dann gibt es Schwierigkeiten oder eine Entfremdung in der Paarbeziehung. Wenn die beiden das wieder ändern, also die Paarbeziehung wieder den ersten Rang einnimmt, dann gelingt nicht nur die Partnerschaft, sondern auch das Eltern-Sein besser.

Die Liebe der Eltern zu den Kindern vertieft sich durch die Paarbeziehung, und die Kinder, die erleben, dass Mama und Papa sich lieben, fühlen sich sehr glücklich. Der Mann schöpft die Kraft, Vater zu sein, aus seiner Liebe zur Frau. Wenn er die Kinder liebt, liebt er in den Kindern auch seine Frau. Die Frau schöpft ihre Kraft, Mutter zu sein, weil sie den Mann an ihrer Seite weiß und von ihm die Kraft nimmt, die dann zu den Kindern fließen kann. Wenn das Mutter-Sein für sie die Fortsetzung der Paarliebe ist, wird sie in ihren Kindern auch den Mann lieben. Wenn das geschieht, geht es den Kindern gut. Sie spüren die Ordnung und fühlen sich geborgen. Der Strom der Energie fließt vom Mann zur Frau – sie hat ihren Platz an seiner linken Seite nahe dem Herzen – von der Frau zum ersten Kind, dann weiter zum zweiten und so fort.

Das jüngste Kind hat von allen bekommen, vom Vater, von der Mutter und von den Geschwistern. Wenn die Eltern alt sind und der Hilfe bedürfen, ist das Jüngste unter der Mithilfe der älteren Geschwister dafür zuständig, einen Teil der Energie den alten Eltern zufließen zu lassen.

Die vier Entwicklungsphasen einer Beziehung:

1. Phase der Verliebtheit (Verschmelzung)

In unserer westlichen Kultur beginnen Beziehungen meist auf der Basis von Verliebtheit. Dies ist nicht die beste aller Voraussetzungen, auch wenn die allgemeine gesellschaftliche Meinung uns dies glauben macht. Wir sprechen in diesem Zustand von Liebe und meinen dabei doch nur dieses unglaubliche, überwältigende, ekstatische Gefühl, mit dem wir einen anderen Menschen begehren. Vom Pfeil des Eros getroffen idealisieren wir nun diesen anderen. Die Verliebtheit ist die rosarote Brille, durch die wir den Geliebten/ die Geliebte im Weichzeichner sehen. Dies ist ein Ereignis, das uns tief in der Seele geschieht. Ein verliebter Mensch vergisst seine Überzeugungen, seine Pläne, seine liebsten Lebensgewohnheiten und ist imstande, alles über Bord zu werfen, um der Angebeteten oder dem Auserwählten zu folgen.

Wir Frauen haben in uns einen männlichen Teil, den so genannten Animus, die Männer tragen einen weiblichen Teil in sich, die Anima. Da wir keinen Zugang zu ihnen haben, schaffen wir uns Idealbilder, den Traummann/ die Traumfrau, die wir dann auf eine geeignete Projektionsfläche nach außen projizieren. Diese Projektionsfläche ist wie ein Haken, an dem ich mein Bild aufhängen kann. Im Prinzip ist es die Sehnsucht nach unserer Ganzheit. Daher kommt es, dass wir das Gefühl der Ganzheit erleben, wenn wir mit dem Objekt unserer Verliebtheit Integration finden. Solange wir im Zustand der Verliebtheit sind, bekommen wir vom anderen das, was wir in uns selbst suchen. Doch, wie wir wissen, hält dieser Zustand nicht unbegrenzt an. Das Stadium dauert im Durchschnitt drei bis neun Monate, vorausgesetzt, die beiden sind räumlich nahe zusammen und lernen sich wirklich kennen. In Wochenendbeziehungen, Dreiecksgeschichten oder heimlichen Liebschaften kann die Verliebtheit hinausgezögert und entsprechend verlängert werden. Je weniger ich

den anderen haben kann, desto langlebiger ist meine Projektion. Was aber deutlich wird: Die Verliebtheit meint nicht wirklich dieses bestimmte Wesen, das *Du* mir gegenüber, denn diesen Menschen kenne ich noch nicht wirklich. Es ist nur das Bild, das ich von dieser Person habe.

Selbstverständlich hat es diese überwältigenden Sehnsüchte und Gefühle schon immer gegeben, und sie gehören zur menschlichen Erfahrungswelt dazu. Jedoch glauben wir erst seit dem Mittelalter (16./17. Jh.), dass diese Verliebtheit so tragfähig wäre, dass sie für eine lebenslange Partnerschaft reichen würde. Für eine Partnerschaft in echter Liebe ist weder eine starke Verliebtheit noch ein leidenschaftliches und befriedigendes Sexualleben noch beides zusammen ausreichend. Unseren Glauben, dass dies doch der Fall sei, nennen wir die *Romantische Liebe*. Die *Romantische Liebe* im Stadium der Verliebtheit ist der Klebstoff zwischen Mann und Frau in unserer modernen westlichen Welt. In diesem Zustand treten die meisten von uns in das nächste Stadium ein, in die

2. Phase des Widerstandes

Die rosarote Brille bekommt Löcher, hier und da beginnt es zu bröckeln, immer öfter merken wir, dass wir den anderen so gesehen haben, wie wir ihn gerne sehen wollten. Manchmal glauben wir auch, der andere hätte uns getäuscht. *Du bist nicht so, wie du es mir versprochen hast*. Das stimmt natürlich nicht, der war schon immer so, wie er ist, wir haben es nur nicht bemerkt, wir wollten es nicht sehen, denn sonst hätten wir unsere Projektion nicht aufrecht halten können.

Es ist dies eine Phase mit immer wiederkehrenden Ent-Täuschungen, verbunden mit Kummer und Schmerz. Wenn die Projektion erlischt, kann jede Stimmung Anlass für einen Streit werden, jede

Nichtbeachtung kann als Vernachlässigung und Verrat erlebt werden, jeder Blick auf einen anderen rechtfertigt Eifersucht oder Zornesausbrüche. Aber niemals hat mich der Partner getäuscht, ich selbst habe mich getäuscht, und es tut sehr weh, dass ich es nicht geschafft habe, dass der andere so ist, wie ich ihn haben wollte.

Durch die Idealisierung der/des Geliebten brauchen wir dem anderen, wirklichen Menschen nicht nahe kommen, nur dem Erträumten. Das ist der Trick, um uns nicht in eine enge Verbundenheit zu verlieren, wie wir sie alle vor langer Zeit in unserer Kindheit erfahren haben. Damals getrauten wir uns noch, unsere Hilflosigkeit zuzulassen, wurden dann aber oft ausgenutzt und gedemütigt. In dieser Erfahrung stecken der Schmerz und die Wunde, derentwegen wir unseren wirklichen Bedürfnissen nach Liebe und Nähe ausweichen. Jetzt idealisieren wir uns und den anderen, wiegen uns im Glauben zu bewundern und zu lieben, und halten uns doch gegenseitig auf Armeslänge fern. In dem Ausmaß, in dem wir andere zu unseren Bewunderern machen, geben wir ihnen Macht über uns. So spielen Männer mit Frauen und Frauen mit Männern. Jeder benützt Macht, obwohl jeder sich unfähig fühlt, sein eigenes Leben zu leben. Und jeder ist wütend auf den anderen, weil er sich in des anderen Gewalt fühlt.

Diese zweite Phase ist auch die Zeit des Forderns, in der wir vom anderen verlangen: „Wenn du mich liebst, dann ... tust du dieses oder jenes, oder du tust dieses oder jenes nicht.“ Oder die Zeit der Anklage: „Du liebst mich nicht, weil ...“ Und es ist auch eine Zeit der versuchten Kontrolle über den Partner, wir haben Angst davor, dass der andere aufhört unserem Bild zu entsprechen und glauben, wir könnten ihn doch noch so hinbringen, dass wir uns unserer Enttäuschung nicht stellen müssen. Doch gerade darum geht es. Wir müssen akzeptieren lernen, dass wir keine Macht über den anderen haben.