

LIEBE, LUST UND STOLPERSTEINE (48)

Von Stefan Eigenmann, Paarberater in Bülach

Die allergrösste Herausforderung?



In der Liebesbeziehung geht es nicht darum, den anderen glücklich zu machen, sondern sich selbst. Zugegeben, diese Behauptung macht munter und fordert Geist und Gemüt gleichermaßen heraus. Kann ich - als ein

auf Resonanz und Kooperation ausgerichtetes soziales Wesen -, überhaupt glücklich werden, ohne dass meine Frau dabei nicht auch glücklich wird? Sind wir denn nicht abhängig vom Glück des anderen? Wie kann ich glücklich werden, wenn ich mich nach den Bedürfnissen eines anderen Menschen ausrichte? Komme ich dabei nicht zu kurz?

In einem Magazin habe ich eine weitere kecke Behauptung aufgelesen: „Wer in Partnerbörsen den Richtigen finden will, findet höchstens den Richtigen, um sich schnell zu langweilen.“ Dabei wissen wir es doch schon lange. Beide Volksweisheiten stimmen: Gleich und gleich gesellt sich gern und Gegensätze ziehen sich an. Doch was nützen uns Weisheiten und Theorien, wenn zwei, die einmal glaubten, füreinander geschaffen zu sein, irgendwann wieder auseinandergehen? Das verstehen oft weder die Betroffenen selbst noch ihr Umfeld. Nicht selten wird dann die Leerformel „wegen unüberbrückbarer Gegensätze“ bemüht, ähnlich wie in der Geschäftswelt, wo eine Trennung offiziell stets „im gegenseitigen Einvernehmen“ erfolgt.

Das individuelle „Beuteschema“

Wenn Paare in der Krise stecken, wird die Erklärung dafür gerne im Rucksack der persönlichen Biografie gesucht. Sicher, was uns unsere Eltern vorgelebt haben, ist relevant dafür, mit welchen Vorstellungen wir ins Beziehungsleben starten. Lange Zeit aber wollte die Psychologie das Scheitern von

Beziehungen allein mit den Erfahrungen aus der Herkunftsfamilie erklären. Der Schlüssel, ob jemand mit einer anderen Person gut leben könne, liege in der Kindheit, so die Fachwelt einhellig. Danach hätten zum Beispiel Scheidungswaisen schlechtere Karten als Sprösslinge aus sogenannten intakten Familien – eine These, die bis heute nicht bewiesen ist.

Das romantische Ideal, wonach Ehe und Familie auf dem fragilen Gefühl der Liebe zu gründen sind, ist noch jung. Erst seit rund zweihundert Jahren scheitern Männer und Frauen am Vorhaben, Liebe, Freundschaft und erfüllenden Sex in Zweisamkeit zu vereinen. Ob das eine gute Idee ist, spielt keine Rolle. Wichtig scheint mir die Einsicht, dass die nährenden, dauerhafte und auf Augenhöhe ausgerichtete Liebesbeziehung eine der grössten Herausforderungen ist, der wir uns im Leben stellen können. Und wenn das so ist, dann sollten wir die Beschämung nicht zulassen, Scheidung sei ein Makel.

In was haben Sie sich damals verliebt? Oder in was verlieben Sie sich gerne und leicht? Vielleicht stehen Sie auf körperliche Merkmale, oder auf charakterliche Eigenschaften, oder auf Spass und Leichtigkeit. Nichts daran ist verkehrt. Schliesslich hat jeder sein individuelles „Beuteschema“. Wenn einem aber das Lachen nach einigen Jahren Beziehung immer öfters im Halse stecken bleibt, oder die zuverlässige Korrektheit von damals nun als kleinkarierte Sturheit erlebt wird, oder sich Speck auf die einstmalen sportlichen Lenden gelegt hat, dann ist ein Paar gefordert, nach neuen Gemeinsamkeiten zu suchen. Freiwillig.

Im nie enden wollenden Paartanz zwischen Ich, Du und Wir gibt es keine einfachen Lösungen. Oder will jemand behaupten, den Partner oder die Partnerin aus der Verantwortung für das eigene Glück zu entlassen, sei einfach?