

Die Welt ist ein Paar

Der kleinste Baustein der Welt ist – ein Paar.

Das ist der Anfang von allem. Alles, was es an wirklich Großem und Wertvollem zu erreichen, zu gestalten und zu entwickeln gibt, beruht auf der Kraft und dem Zusammenwirken eines Mannes und einer Frau, die Seite an Seite durch das Leben gehen¹. Wir können hinschauen, wohin wir wollen – das Glück dieser Welt und insbesondere das große Glück dieser Welt ist für zwei gemacht.

Guten sagt er. Morgen sagt sie. So heißt es in Bertolt Brechts allerschönstem Liebesgedicht und jeder, der schon einmal geliebt hat, weiß es: Das Aufstehen ist ein anderes und das Lachen auch, genau wie das Reisen und das Planen, die Sorgen und die Erfolge – man kann alles auf dieser Welt allein oder mit Freunden erleben, aber erst für Liebende fühlt es sich ganz an.

Es ist unser Wesen, zu lieben und geliebt zu werden. Wir können nicht hinter die Linie zurück, die von diesem Satz gezogen wird, weil das Leben auf dieser Linie entlangläuft. Die Beziehungen zwischen Mann und Frau bestimmen nämlich auch die Lebensbereiche, die wir auf den ersten Blick gar nicht als Paarbereich wahrnehmen. Das Familienleben zum Beispiel. Es ist ein Irrtum, dass die Familie von den Eltern geformt wird, sie gruppiert sich letztendlich immer um den Mann und die Frau, die Eltern geworden sind. Das Paar gründet die Familie, auch biologisch, und das Paar hält die Familienmitglieder zusammen (oder nicht). In Summe haben eine Familie und ihre Mitglieder immer genau so viel Kraft und Liebe, wie das Paar Kraft und Liebe hat. Das gilt vor allem für die Kinder: Es wird ihnen immer dann gut gehen, wenn es dem Paar gut geht. Wenn Sie das Beste für Ihren Sohn bzw. Ihre Tochter wollen, machen Sie das

¹ Wir schreiben in diesem Buch immer von Mann und Frau. Das tun wir aus rein praktischen Gründen – wir meinen stets alle Paare und alle Formen des Zusammenlebens.

Beste aus Ihrer Partnerschaft – sich liebende Eltern sind die Wunscheltern von Kindern und die Antwort auf praktisch alle ihre Probleme.

Paare sind auch der Baustein in dem Bereich, der meist gar nicht mit Beziehungen in Verbindung gebracht wird – dem Berufsleben. Es besteht aus Paaren, auch wenn das nicht immer offensichtlich ist und auch hier macht das genaue Hinsehen den Zusammenhang schnell klar. Echter beruflicher Erfolg zeichnet sich dadurch aus, dass er vielen nützt. Karriere gelingt oft noch alleine, insbesondere am Berufsanfang, aber der wirkliche Erfolg ist etwas anderes. Der Nutzen für viele zeichnet die erfüllenden und sinnvollen Tätigkeiten aus – und dieser Erfolg ist fast immer Männern und Frauen in Partnerschaften vorbehalten, weil dafür eine innere Größe und ein Über-Sich-Hinauswachsen notwendig ist, das man alleine nur schwer erreicht.

Für echten Erfolg muss man nämlich auch nach innen arbeiten: Man muss zu verschiedenen Zeiten über die eigenen Ängste und Begrenzungen hinauswachsen, man muss eine Reife erreichen, die nicht auf eine Beförderung, ein Aktiendepot oder einen größeren Dienstwagen zielt. Denn mit wirklich großen Zielen und wirklich großen Gegnern nehmen wir den Kampf nur auf, wenn es jemanden gibt, für den wir als Mensch besser werden wollen, für den wir all das sein wollen, was wir sein können. Für jemanden, den wir lieben.

Das bestätigt übrigens der Blick von der Galerie auf die Anklagebänke der Wirtschaftsprozesse: All die hemmungslosen und orientierungslosen Manager, Berater und Politiker, die auf ihnen Platz nehmen, sind selten Männer oder Frauen in Partnerschaften, in wirklich funktionierenden und liebevollen schon gar nicht. Denn ganz egal wie rücksichtslos, blind oder auch schäbig man für diese Taten als Person selbst sein mag, man hat vor allem niemanden an der Seite, der einem in Liebe sagt: *Hör auf. Du bist nicht so. Ich helfe dir.*

Der kleinste Baustein der Welt ist – ein Paar. So sehr dieser Satz nach innen gilt, also für die Dinge, die uns im Zusammensein gelingen, so

sehr gilt er auch für die Dinge von außen, also vor den Bedrohungen und Feindseligkeiten dieser Welt, von denen es nicht gerade wenige gibt. Partnerschaften sind ein Schutz vor den Zumutungen dieser Welt. Die Liebe kann ein Sprungbrett sein, aber auch ein Schutzwall.

In diesem Leben warten auf jeden von uns Ereignisse, an denen wir alleine zerbrechen können, es gibt Schicksalsschläge, die uns zu Boden werfen. Ein Paar allerdings wirft so schnell nichts um, jeder Schlag in die Magengrube trifft dann auf eine Hand, die einen nicht auszählt, sondern einem hilft. *Zusammen ist man weniger allein* heißt ein besonders schöner Filmtitel und das stimmt – unsere Sehnsucht nach dem anderen, nach dem Zusammenleben, fängt immer bei diesem Schutz vor Einsamkeit und Alleinsein an. Das ist das Geschenk, das jeder Partner in jeder Partnerschaft mitbringt, indem er oder sie einfach nur da ist.

Dieses elementare Verständnis, nämlich, dass wir uns mit unserer Partnerschaft nach außen schützen und unser Wachsen nach innen erst ermöglichen, ist die Antwort auf die Frage, warum denn eigentlich die Welt aus Paaren gebaut ist. Wir sind so. Es ist unser Wesen. Die Liebe ist so menschlich wie der aufrechte Gang und sie ist so automatisch wie das Ein- und das Ausatmen. Daher ist die Sehnsucht nach Liebe auch ein Thema, das uns ein Leben lang antreibt. Sie ist eine Sehnsucht von innen, die auch nichts damit zu tun hat, welche kulturell-soziale Form unsere Suche nach Partnerschaft jeweils annimmt; ob wir also heiraten oder nicht, ob in der Kirche oder im Mohnfeld, das ist egal. Unsere Beziehungen werden letztlich nicht von außen gesteuert, sondern von innen.

Wir alle sitzen nicht mit einem „System“ am Frühstückstisch und wir gehen auch nicht mit „den Strukturen“ ins Bett, unsere Kinder werden nicht von „diesem Ganzen“ erzogen und geküsst und geschlagen und es sind auch nicht „die da oben“, die uns mit der Sekretärin oder dem neuen Kollegen betrügen und uns in Verzweiflung stürzen. Die Handhabung und die Ausprägung unserer Sehnsucht nach Liebe, die ist immer privat – sie ist immer unsere ganz eigene, wunderbare, schmerzhaft, sehr persönliche Angelegenheit.

Das Leben als Paar ist unser existentielles Ideal, für das zwar seit Jahrhunderten eine Alternative gesucht wird, aber keine je gefunden wurde. Die Schlussfolgerung daraus lautet nicht, dass keine je gefunden werden wird, sondern, dass Sie aufhören können zu suchen. Lieben Sie!

Der neue Freiraum

Es gibt Paare, die heiraten mit 20, bauen dann ein Haus neben dem Haus der Eltern und bekommen zwei Kinder, die sie mit einem Familien-Van zur Schule fahren. Andere denken gar nicht an Bindung und Verbindung, machen erst einmal Karriere, ziehen dann Mitte 30 zusammen ohne zu heiraten und haben vielleicht nie vor, Kinder zu bekommen oder vielleicht doch. Wieder andere finden erst mit 45 und nach einem Leben allein oder mit 63 sowie nach zwei Scheidungen den Mann oder die Frau ihres Lebens; und viele beginnen die Liebe nicht unbedingt als Lebensprojekt, sondern haben sie als Lebensabschnitt im Blick; noch einmal andere verbringen aus Prinzip das ganze Leben als Single und weigern sich, auch nur eine zweite Zahnbürste zu Hause zu haben. Es gibt gleichgeschlechtliche Partnerschaften, Patchworkfamilien, Fernbeziehungen, Single-Existenzen, On-Off-Singleexistenzen und jedes Jahr eine neue Beziehungsmode wie etwa die „Mingles“, die mit mehreren Beziehungen gleichzeitig und nebeneinander das Glück suchen, dabei aber vor allem das große Durcheinander zu finden scheinen.

Das alles ist nur möglich, weil sich die äußeren Verhältnisse nicht nur verändert haben – sie haben sich zurückgezogen aus unseren Beziehungen. Aus diesem Rückzug kommt der neue Freiraum von Beziehungen und es wäre ein Fehler, wenn wir diesen Freiraum mit ‚Leerraum‘ verwechseln. Beziehungen sind heute wirklich freier und nicht leerer, denn in den Raum, den früher die Verhältnisse einnahmen, sind heute zwei neue Grundlagen eingeflossen, die das Paarleben heute von Grund auf neu bestimmen.

Die Emanzipation hat Männer und Frauen von der Fremdbestimmung

durch die äußeren Verhältnisse weiter freigemacht. Frauen können heute studieren, Karriere machen, selbst Geld verdienen, sich ihre Sexual- und ihre Ehepartner aussuchen, es können jüngere Männer sein und ärmere und kleinere. Sie müssen keine Kinder mehr haben, um etwas zu gelten und wenn sie schwanger werden, dann müssen sie nicht mehr wegen des Kindes heiraten. Sie müssen auch nicht mehr in Beziehungen bleiben, in denen sie unglücklich sind, und wenn sie geschieden sind, dann sind sie deswegen längst keine Parias mehr und in manchen Büros oder Yogakursen gehören sie damit sogar verlässlich zur Mehrheit.

Diese Freiheiten der Frauen sind gut erzählt, die Freiheiten der Männer, die mit dieser emanzipatorischen Revolution ebenfalls kamen, sind es etwas weniger – aber sie sind deshalb nicht kleiner und sie sind auch nicht geringer einzuschätzen. Männer müssen heute nicht mehr heiraten, wenn sie nicht wollen, auch nicht wegen eines Kindes und sie müssen auch nicht mehr der Alleinverdiener sein, sondern können fordern und fördern, dass ihre Partnerin selbstverständlich einen Beruf hat und Geld verdient. Sie müssen auch kein Haus für die Familie bauen und sich dafür für den Rest des Lebens verschulden, sie können nach der Geburt bei den Kindern bleiben und sich in der Folge um sie kümmern, sie können auf einen Elternabend gehen und gerne Hausmann sein, wenn sie das wollen. Und wenn ein Mann nicht Lehrer, sondern Kindergärtner werden will und nicht Arzt, sondern Krankenpfleger, und wenn er mit 40 seine gut dotierte Stelle in der Versicherung kündigen und noch einmal eine Schreinerei oder einen Botendienst gründen will, dann kann er das. Dann soll er das.

Neben der stärkeren Selbstbestimmung der äußeren Umstände zeichnet die heutigen Paare aber noch etwas aus, und zwar etwas, das man die „Selbstbestimmung der inneren Umstände“ nennen könnte. Spätestens seit Sigmund Freud haben wir ein Bewusstsein dafür, dass es mehr Dinge zwischen Himmel und Erde gibt, als wir uns träumen lassen.

Paare haben damit einen Schlüssel zu den Kräften und Mächten, die bei jedem von uns unter der Oberfläche walten – und diese verhalten sich

bekanntlich so wie die Spitze des Eisbergs zum Eisberg. Anders gesagt: Auch Sie sind als Person nicht nur das, was an der Oberfläche von Ihnen zu sehen und zu erleben ist, Sie haben unterbewusste und unbewusste Verhaltensweisen, die Ihr Beziehungsleben mindestens so sehr beeinflussen wie die bewussten und offensichtlichen. Und was die Eisberge angeht: Die Titanic ist nicht vom sichtbaren Teil versenkt worden. Sie wurde der Länge nach aufgeschlitzt von den verborgenen Welten unter der Oberfläche.

Alle diese Entwicklungen haben dazu geführt, dass Beziehungen heute eine ganz andere Qualität haben als früher – oder gar nicht zustande kommen. Es gibt heute für ein Paar keinen anderen Grund mehr, eine Beziehung einzugehen oder eine Beziehung aufrechtzuerhalten als die Liebe. Die vielzitierten Verhältnisse geben nicht mehr den Ton und schon gar nicht den Takt in unseren Beziehungen an, und sie füllen den Raum zwischen den Liebenden nicht mehr aus, den sie früher vollkommen selbstverständlich einnahmen.

Das bedeutet, dass eine Partnerschaft heute das ist, was Sie und der Mann bzw. die Frau an Ihrer Seite aus ihr machen. Wir sind heute alle aus eigener Kraft für unsere Partnerschaften und unsere Beziehungen verantwortlich, wir sind diejenigen, die bestimmen, wie viel Beziehung wir haben und welche Art von Beziehung. Es gibt niemanden, der Sie daran hindern würde, Ihre *Liebesdinge und Heiratssachen* ab morgen anders zu machen, wenn Sie das wollen und es gibt auch niemanden, der sie für Sie anders machen könnte.

Eine Beziehung gelingt heute denen, die sich mit der Liebe beschäftigen und sich von der Liebe nicht ablenken und nicht abbringen lassen. Wenn Sie und Ihr Mann bzw. Ihre Frau die Liebe verstehen, dann können Sie auch Ihre Beziehung verstehen. Und deshalb beginnt diese Liebeserklärung damit, womit auch die Liebe beginnt.

Mit dem Verliebtsein.

Der Sinn des Verliebtseins

Jede Beziehung beginnt mit einem ganz einzigartigen, absolut ungewöhnlichen Zustand, der sich in allem von unserem normalen Leben unterscheidet und der sprachlich zwar die Liebe anklingen lässt, aber ganz offensichtlich noch lange nicht die Liebe ist – die Liebe beginnt mit dem Verliebtsein.

Das Verhältnis der beiden ist erstaunlich unklar. Gemessen an dem, was über die Liebe schon gedacht und zu Papier gebracht wurde, ist das Verliebtsein geradezu ein unbeschriebenes Blatt. Es hat etwas Rätselhaftes und Irritierendes und ist offensichtlich ein Zustand zwischen Wachen und Traum, rauschhaft, dabei nicht von dieser Welt und das einzige, was wir wirklich wissen ist, dass es der Liebe vorausgeht – und viel zu früh zu Ende ist. Wir scheinen ihm das übelzunehmen, denn gemessen am Glück, das es uns schenkt, ist das allgemeine Urteil über das Verliebtsein eher vorwurfsvoll. Der Vorwurf geht in die Richtung, dass es eine Art Trickbetrug sei, eine Art unwiderstehliches Mobilfunk-Angebot, bei dem allerdings verschleiert wird, dass einem gleichzeitig ein sündteurer lebenslanger Vertrag angedreht wird. Das Verliebtsein gilt als Lockvogel mit dem Zweck, Mann und Frau kurzzeitig erblinden zu lassen, sodass sie die Hindernisse und Abgründe nicht sehen, die da sind, und zwar so offensichtlich, dass beide normalerweise kilometerweit das Weite voneinander suchen würden, wenn: ja wenn, sie eben bei Verstand und nicht verliebt wären. Bestenfalls gilt das Verliebtsein noch als das Trostpflaster für den vielen Frust und Ärger, der von einer Beziehung dann doch immer übrig bleibt, man möge es also so lange und so gut wie möglich genießen – es werde nichts Besseres nachkommen.

Kommt Ihnen das bekannt vor? Dann lassen Sie sich sagen, dass diese pechschwarzen Einschätzungen die falsche Geschichte erzählen. Sie erzählen nämlich gar nicht vom Verliebtsein, sondern von der Frustration und der Verzweiflung der Liebenden danach; von der Traurigkeit, soviel gekonnt, aber so wenig erreicht zu haben. Sie erzählen vom Bedauern, aus den vielen Jahren und Gelegenheiten nicht mehr gemacht zu haben, als eben das, was

es geworden ist. Als Muster schimmert da zwischen einem zerschlagenen finsternen Stoff hindurch, warum kann das Verliebtsein denn nicht dauern? Denn die Antwort lautet: Es kann – denn es ist etwas ganz anderes.

Das Verliebtsein ist das Geschenk, mit dem jede Liebe beginnt. Es ist ein Fenster, durch das Liebende ihre Liebe sehen können, eine Aussicht, die den Liebenden zeigt, wozu sie fähig sind und warum sie zusammenkommen – es ist die Vision für das, was diese Beziehung sein kann und eine sehr präzise Blaupause für das, was Sie und Ihr Mann bzw. Ihre Frau zusammen erreichen können.

Diese Vision beginnt immer damit, dass sie unvermittelt kommt. Plötzlich und aus heiterem Himmel, wie es so schön heißt. Wir sehen es nicht voraus, wir können es auch nicht planen oder befördern und manchmal verlieben wir uns sogar in eine Person, die wir uns bis dahin als Kandidaten bzw. Kandidatin nicht einmal im Traum hätten vorstellen können. Dieser Überraschungseffekt ist nicht einfach eine Laune der Natur, er hat eine große Bedeutung – er erinnert uns nämlich mit Macht daran, dass wir in der Liebe offensichtlich mit anderen Augen schauen als mit unseren Augen im Kopf. Wir tun offensichtlich das, was durch den Begriff „mit dem Herzen sehen“ so gut beschrieben ist. Wir haben offenbar innere Kräfte, die mit Leichtigkeit alles zur Seite schieben können, was wir uns gemeinhin als geeigneten Partner bzw. Partnerin so vorstellen und uns für den Mann bzw. die Frau an unserer Seite ausmalen und vornehmen. Ganz offensichtlich ist unser Herz von unseren Kopfwürfen und unseren Träumen, von Eltern- und Freundinnenmeinungen und Lifestyle-Magazinen im wahrsten Sinn des Wortes herzlich unbeeindruckt. Und so ist das Überraschende am Verliebtsein der Umstand, dass wir uns von unserem Herzen überhaupt so überraschen lassen, dass wir nicht viel besser wissen, was bzw. wen es sucht und braucht und auswählt. Denn solange wir ein Herz haben, wird es genau das tun – den Mann bzw. die Frau auswählen, der bzw. die an unserer Seite stehen soll.

Und so wie das Herz anders schaut, so lebt es offensichtlich auch anders: Wenn wir verliebt sind, stellen wir gleichsam von einem Herzschlag