

Wie Partner sich trennen und scheiden, voneinander lassen und sich in Respekt und Achtung begegnen können.

Thomas von Stosch

1. Einleitung

Die Form, wie Mann und Frau ihre Beziehung gestalten sollen, hat sich in Deutschland und der westlichen Welt aufgelöst. An ihre Stelle ist die Freiheit getreten, die Gestalt selber zu formen. Diese Freiheit bedeutet, dass beide ihrer Beziehung eine ihr gemäße Form geben müssen, ohne zu wissen, was ihr gemäß ist. Dabei ist die Form nicht beliebig, sondern ihre Gestaltung scheitert oder gelingt, je nachdem welchen systemischen Dynamiken die Beziehung und ihre Gestaltung unterliegt.

Manche Formen unterstützen das Beziehungsgeschehen zwischen Mann und Frau, manche Formen dienen dem Scheitern.

Doch es ist nicht nur die Form der Beziehung, sondern es ist auch die Gestalt, die sich der Mann und die Frau selber geben. Auch diese Gestalt – wenn auch nicht körperlich – ist ohne äußere Formgebung. Bleibe ich bei der Äußerlichkeit – so sehe ich, dass sich die Kleidung, Haartracht und Benehmen angleichen; doch das erste Merkmal, was Menschen in einer Begegnung mit einem anderen wahrnehmen, ist sein Geschlecht. Die innere Gestalt löst sich ebenfalls von der Form, so darf Mann Mann sein, wie er will und Frau Frau sein, wie sie will. Doch das Gelingen einer Beziehung hängt davon ab, ob Mann Mann und Frau Frau ist, ohne dass Mann weiß, was Mann ist oder Frau weiß, was Frau ist.

Die erkämpfte Freiheit von Beziehung und Geschlecht ist eine Illusion, und sie erschwert das Leben, weil die Form gefunden werden muss, die für jede und jeden passt. Welch eine Lebensaufgabe! Wir können nicht auf vergangene Formen zurückgreifen, sie sind der jetzigen Situation nicht gemäß. Und doch gewinnen wir aus den archetypischen Bildern von Frau, Mann und Beziehung eigene Ideen für die Gestaltung.

Meine Gedanken zum Scheitern von Partnerschaften beziehen sich auf die gewonnenen Einsichten durch das Familienstellen. Meine Einsichten wurden von Bert Hellingers Arbeit geprägt und durch die eigene Aufstellungsarbeit wie auch durch die anderer weiter entwickelt und

bestätigt. Für alles, was mir zu geflossen, durch mich hin durch gegangen und seinen Ausdruck gefunden hat, danke ich allen mit großer Freude und bereichert.

Galsan Tschinag, ein Führer der Tuwi im Altai und ein deutscher Schriftsteller, hat auf die Frage, wie man sein Leben und ich erweitere auch seine Beziehungen gestalten sollte, geantwortet: „ ein bisschen locker bleiben und den Teufelchen des Lebens gelegentlich die Zunge herausstrecken.“

2. Der Anfang

Wie erobert ein Mann eine Frau oder eine Frau einen Mann?

Aus der Sicht des Mannes klingt die Geschichte so: *Sie heißt Dornröschen, vielleicht auch anders, und sie ist vollkommen – so weit er weiß. Umgeben von einer undurchdringlichen Hecke schläft sie von der Sonne beschienen. Es gibt einen einzigen Weg, sie zu erreichen, doch viele sind schon auf ihm gescheitert. Haben ihr Streben mit ihrem Leben bezahlt. Sie schläft seit 100 Jahren. Er muss warten, bis der gute Augenblick gekommen ist. 100 Jahre!, erst dann kann er sich mit seinem Schwert durch die Hecke kämpfen, die ihm den Weg freigibt. Jetzt findet er sie schlafend. Sie ist so schön, dass er in der Bewegung innehält. Er ist betört. Sein Herz schlägt bis zum Hals. Er nimmt seinen ganzen Mut und küsst sie. Dann traut er sich.*

Aus der Sicht der Frau klingt die Geschichte so: *Ihr Schicksal war es, 100 Jahre zu schlafen und zu warten, eingeschlossen hinter einer undurchdringlichen Hecke aus Rosen mit Dornen. Der Geruch des süßen Duftes betörte ihren Schlaf, die Zeit ließ ihre Sehnsucht wachsen und die Jahre vergingen unbemerkt. Dann hörte sie die Schwertschläge zum richtigen Zeitpunkt und wie Hecke zerbarst. Das Geräusch konnte sie aber nicht wirklich wecken. Sie wartete im Schlummer das Geschehen ab. Sie spürte ihren Drang, einer Bewegung nachzugeben, doch etwas hielt sie fest. Erst als sie seine Angst und seinen Mut spürte, kam sie ihm ein bisschen entgegen. Er küsste sie und sie gab sich ihm hin.*

Verlieben heißt der erste Schritt in einer Paarbeziehung. Es bleibt ein Geheimnis, wie sich ein bestimmter Mann und eine bestimmte Frau finden. H. Mulisch berichtet in seinem Roman „Die Wiederentdeckung des Himmels“ von den ungeheuren Anstrengungen, die die Erzengel

unternehmen, um die Lebenswege zweier Menschen zu kreuzen. Wenn das stimmt, können wir uns getrost ihrer Führung anvertrauen.

Im ersten Blick, in der ersten Begegnung – manchmal auch mit dem zweiten Blick – verfängt sich die Wirklichkeit in einem Rausch.

Er führt in ein sexuelles Begehren von beiden und beide geben nach. So entsteht die Bindung. Und da beide in dem anfänglichen Glück des Verliebt-Seins gefangen sind, können sie auch nicht von einander lassen und vertiefen ihre Bindung durch jeden Akt. Er ist jetzt ihr Geliebter, Mann, Vater, Versther und Freund, und sie ist jetzt seine Geliebte, Frau, Mutter, Verstherin und Freundin. Sie können sich noch nicht sehen als die, die sie sind. Sie sind in einem Liebesrausch und spüren eine Vollkommenheit ihrer Liebe.

Jetzt sind sie gebunden, obwohl sie sich noch nicht wirklich kennen. Er gehört schon zu ihrem System und sie zu seinem. Er gehört schon in ihr Schicksal und sie in seines. Dahinter kommen sie nicht mehr zurück. Auch wenn sie es nicht wollen, gehört er zu ihr und sie zu ihm.

Eine Trennung oder ein Getrennt-Werden in der Zeit des Anfangs führt das Paar in einen schwierigen Prozess. Man glaubt und fühlt, man verliere das vollkommene Glück. Der Schmerz ist unbeschreiblich, nicht in Worte nur in Tränen fassbar. In den Aufstellungen kann man die Tiefe des Fühlens in der Zeit des Anfangs immer wieder erleben. Es ist verständlich, weshalb viele in dieser Phase an einander hängen und nicht von einander lassen können.

Deshalb wird die Trennung im Anfang so schwer gelöst und der Konflikt und der Schmerz so oft mit ins Leben genommen. Neue Paarbeziehungen haben dann kaum eine Chance. Häufig vertreten die Kinder aus den darauffolgenden Beziehungen die vorgegangenen Partner.

Wenn das Paar beieinander bleibt, endet nach einer Zeit das vollkommene Glück und es kommt die Zeit des Erwachens.

3. Das Erwachen

Die Frau sieht den Mann und der Mann sieht die Frau. Beide sehen sich jetzt mit anderen Augen. Sie beginnen, sich so zu sehen, wie sie wirklich sind. Das wirklich Sein des anderen wird aber nie vollständig erfasst und bleibt ein Geheimnis, das Raum für Projektionen, Ideale aber

auch Attraktivität gibt. Sehnsucht nach dem anderen ist das gemäße Gefühl. Heimat, Herkunft und Lebensgeschichte des anderen kommen in den Blick:

▷ **Die Heimat**

Jeder ist ein Teil seines Volkes. Er trägt seinen Glauben und seine Kultur in sich. Die Bedeutung der Nation, die auch die Geschichte des Volkes beinhaltet, wird dann sichtbar, wenn beide aus unterschiedlichen Ländern kommen, oder die Geschichte eines Volkes das eigene Leben oder das des Partners in einer bestimmten Weise prägt. (Vertreibung, Krieg, etc.)

▷ **Die Herkunft**

Wenn zwei Menschen sich auf einander einlassen, dann lassen sich systemisch zwei Familien auf einander ein.

Der Mann begreift, dass die Frau wie ihre Mutter, ihre Großmutter, ihre Urgroßmutter, usw. ist. So ist ihre Identität, sie ist unverwechselbar und sie kann nicht frei gewählt werden. Dann sieht er hinter seiner Frau ihre Mutter, die beiden Großmütter, die vier Urgroßmütter usw. und er spürt die Weiblichkeit und ihre Kraft. Ihre Art ist vollkommen verschieden von seiner Art im Fühlen, im Wahrnehmen und im Denken. Er kann sie nicht wirklich verstehen. Er verneigt sich vor den Eltern der Frau und stimmt ihnen vorbehaltlos zu. „Ich achte euch in ihr.“ Er weiß, dass diese Eltern für seine Frau die richtigen sind und dass seine Frau ihre Eltern in tiefer Weise liebt. Jetzt stimmt er allen in der Familie der Frau zu und verneigt sich vor der Größe des Schicksals in ihr. Seine Frau ist genau wie er ein vollkommener Mensch und ihre Familie ist seiner Familie in ihrem Wert vollkommen gleich.

Die Frau begreift, dass der Mann wie sein Vater, sein Großvater, sein Urgroßvater, usw. ist. So ist seine Identität, sie ist unverwechselbar und sie kann nicht frei gewählt werden. Dann sieht sie hinter ihrem Mann seinen Vater, seine beiden Großväter, die vier Urgroßväter usw. und sie spürt die Männlichkeit und seine Kraft. Seine Art ist vollkommen verschieden von ihrer Art im Fühlen, im Wahrnehmen und im Denken. Sie kann ihn nicht wirklich verstehen. Sie verneigt sich vor den Eltern des Mannes und stimmt ihnen vorbe-

haltlos zu. „Ich achte euch in ihm.“ Sie weiß, dass diese Eltern für ihren Mann die richtigen sind und dass ihr Mann seine Eltern in tiefer Weise liebt. Jetzt stimmt sie allen in der Familie des Mannes zu und verneigt sich vor der Größe des Schicksals in ihm. Ihr Mann ist genau wie sie ein vollkommener Mensch und seine Familie ist ihrer Familie in ihrem Wert vollkommen gleich.

▷ **Die Lebensgeschichte**

Beide sind Mann und Frau mit ihrer eigenen Individuation, mit ihrer Einzigartigkeit und ihrer Geschichte. Es sind nicht nur zwei verschiedene Lebenswege, sondern es sind ein weiblicher und ein männlicher Lebensweg, der geschlechtsspezifischen Formaten folgt, will sagen, dass ein Mann durch anderes erfüllt ist als eine Frau und dass eine Frau durch anderes erfüllt ist als ein Mann.

Ihre Lebensgeschichten bleiben ein gutes Stück intim. Der Mann lässt die Frau und die Frau lässt den Mann nicht in allem teilhaben. Sie bewahren ihre eigene Intimität und schützen die Beziehung in ihrer Intimität. Wenn sich beide völlige Offenheit versprechen, wird diese Offenheit schnell zu einer Waffe.

Die Lebensgeschichten brauchen eine gewisse Gleichzeitigkeit. Beide Partner stehen an einem ähnlichen Entwicklungsabschnitt ihres Lebens. Hellinger hat es so ausgedrückt: „Wenn der eine die Zukunft noch vor sich hat und der andere die Zukunft schon hinter sich, dann hat die Beziehung wenig Chancen.“

Der Prozess des Erwachens ist die erste Krise des Paares. Die Sexualität bindet die Partner an einander und stützt den Prozess, den anderen zu sehen wie er oder sie ist. Jede und jeder weiß, wie schwer dieses Zustimmen ist, und wie leicht man sich der Illusion hingibt, mit Liebe lieben sich die Schwierigkeiten schon überwinden.

In einigen Kulturkreisen suchen die Familienoberhäupter (in der Regel die Väter) für ihre Kinder den Partner aus. Man verhandelt und prüft, ob die Familien zu einander passen. Systemisch ist dieses Ritual durchaus sinnvoll, vielleicht sogar klüger als sich auf das Verlieben zu verlassen. So entstehen die Dramen in diesen Kulturen nicht dadurch, dass das Erwachen

dem Anfang vorausgeht, sondern dadurch, dass der Mann oder die Frau schon einen Anfang mit einer anderen oder einem anderen hatte.

4. Die Verlobung

Wenn ein Paar durch den Prozess des Erwachens hindurch gegangen ist, nehmen sich beide als Mann und Frau. „Ich will Dich“ ist der Satz der Verlobung. Die Beziehung wird auf ein gemeinsames Leben ausgerichtet, die Partner spüren ihren Kinderwunsch deutlich und bringen ihn in die Beziehung ein. In der Verlobung drückt sich also auch aus, sich den anderen als mögliche Mutter oder als möglichen Vater der eigenen Kinder vorzustellen. Dies vertieft die Bindung. Dieses sich gegenseitig Wollen wird oft so gelebt, dass das Paar zusammenzieht. Die Lebensgeschichten verbinden sich stärker und der Alltag des Lebens will bewältigt werden. Neben der Geschichte des Mannes und der Geschichte der Frau entwickelt sich die Geschichte des Paares auf etwas eigenes hin. Die Frau wird jetzt zur Frau dieses Mannes und der Mann wird jetzt zum Mann dieser Frau. Durch dieses Geschehen wird das Paar verlobt. Auch die Eltern von Mann und Frau lernen sich in dieser Zeit kennen. Wie viel Aufregung mit diesem Treffen verbunden, weiß noch jeder, der diesen Weg gegangen ist.

Eine Verlobung kann gefeiert, anerkannt, bemerkt werden oder nicht, sie geschieht dennoch. Wenn sie verweigert wird, gerät das Paar in eine Krise, denn damit wird die Verbindlichkeit verweigert, die längst geschehen ist. Diese Kränkung sitzt immer tief. Manchmal begegnen mir Paare, die verheiratet sind, Kinder haben und in der Krise stecken. Wenn man auf ihre Paargeschichte schaut, findet man eine solche Kränkung in der Zeit der Verlobung. Erst wenn sie überwunden ist, kann das Paar wirklich heiraten.

Wenn der Kinderwunsch verweigert wird oder wegen Unfruchtbarkeit nicht verwirklicht werden kann, geht die Kränkung tiefer. Der Verzicht auf ein Kind aus Liebe zum Partner kann nicht verlangt werden. In der Regel endet hier die Beziehung. Wenn der Verzicht aber dennoch geleistet wird, bedarf es einer besonderen Würdigung dieses Handelns.

Beim Stellen vollzieht sich diese Würdigung des Verzichts durch ein Loslösungsritual. Der Partner, der keine Kinder will oder bekommen kann, gibt den Partner mit Kinderwunsch frei: „Ich kann nicht verlangen, dass du auf deinen Wunsch verzichtest, es ist mehr, als ich erwarten dürfte. Ich geb’ dich frei.“ Dieses Lassen ist schmerzhaft, aber es würdigt den Wunsch des

anderen in besonderer Weise. Dann kann der andere dieses Freigeben achten, entweder in dem er sich einen neuen Partner sucht, mit dem er Kinder haben kann, oder er nimmt den anderen jetzt erneuert, aber zu anderen Voraussetzungen. Der eine sagt dann dem anderen: „Dass du mich nimmst ist etwas ganz besonderes.“ So hat diese Beziehung eine Chance, im Grunde aber wird sie beendet und neu begonnen. Dies kann sich nur vollziehen, wenn beide die Tiefe ihrer Liebe spüren: im Schmerz des Freigebens und des Verzichtens. Ein schnelles Darüber-hinweg-Gehen, zeigt sich später als Krise.

Verlobungen werden kaum noch gefeiert. Nach meiner Beobachtung schließt sich nach ungefähr einem halben bis einem Jahr nach der Verlobung die Trauung an.

5. Die Trauung

Wenn eine Beziehung gelingen soll, ist die Trauung in den meisten Fällen unvermeidlich. Das bedeutet heute nicht mehr eine vorgegebene Form für die Trauung vorzufinden. Das Paar muss auch diese Form selber ergründen. Manche vergessen aus dem Mangel an Form den eigentlichen Schritt. Das Versprechen beieinander zu bleiben, hebt die Beziehung auf eine neue Ebene. Beide stehen jetzt nicht nur zueinander, sondern sie ändern auch ihr Sozialverhalten anderen Männern und Frauen gegenüber. Sie geben sich als gebunden aus und stehen anderen nicht mehr als Partner zur Verfügung. Sie „balzen“ nicht mehr mit anderen, betreiben also keine Braut- oder Bräutigamwerbung.

Das Paar traut sich. Die Doppeldeutigkeit in diesem Wort *trauen* drückt gut aus, worauf sich beide einlassen: auf ein ganzes Leben und auf gute und schlechte Zeiten. Durch ein Versprechen trauen sie sich. Manchmal wird Gott um Hilfe gebeten. Denn dies, so ist die Vorstellung, kann nur mit seiner Hilfe gelingen. Auch dieses *Sich-Trauen* hat eine Veränderung erfahren, denn heute wird das vorzeitige Ende bereits im Versprechen unausgesprochen mitgedacht. Dadurch verliert es seine Kraft und seine Größe, und es kann das Paar nicht mehr in der gleichen Form verbinden.

„Was Gott zusammengefügt hat, dass soll der Mensch nicht scheiden,“ heißt es in der Liturgie der christlichen Kirchen. Hier kommt eine Moral ins Spiel, die eher schwächt. Doch die Heilige Schrift ist ohne Moral und dieser Satz heißt in meiner Bedeutung: „was Gott zusammengefügt hat, dass kann der Mensch nicht scheiden, doch was der Mensch zusammenfügt, dass

scheidet manchmal Gott.“ Hier in drückt sich das Geschehen als ein Geschehen und nicht als ein gewolltes Tun aus.

Die Trauung beendet die Jugend von Mann und Frau, führt sie in eine neue Zeit und richtet beide auf ein gemeinsames Neues aus. Sie stehen jetzt neben einander und berühren sich in ihren Seelen. Dieser Berührung entspricht die Berührung ihrer Hände. Sie lässt sich führen, weil sie ihm vertraut; er weiß sie zu führen, weil er in ihr Herz schaut. Es ist kein Kampf, es ist ein Sich-Hinstellen oder ein Seinen-Platz-Einnehmen. So stellt sich die Frau neben ihren Mann und nimmt ihren Platz ein. So stellt sich der Mann neben seine Frau und nimmt seinen Platz ein. Er steht auf ihrer rechten Seite, sie links von ihm. Sie steht auf seiner linken Seite, er rechts von ihr. Diese Ordnung, die sich beim Familienstellen oft zeigt, ist eine archetypische Form der Mann-Frau-Beziehung. Sie steht an seiner Herzseite. Er hat die rechte Hand frei, um sein Schwert zu führen. Damit schützt er seine Frau und seine Familie. Das Schwert ist zugleich Symbol für sein berufliches Tun.

Der Archetyp der umgekehrte Stellung von Mann und Frau ist die „Josephsehe“. Die Vorstellung beruht auf der „unbefleckten“ Empfängnis Marias. Sie soll eine Ehe mit Joseph geführt haben, die nicht vollzogen wurde. Deshalb berühren sich auf den Bildern Mann und Frau nicht und sind auch nicht gebunden.

Nach der Hochzeit gibt das Märchen dem weiteren noch einen Satz: „Und wenn sie nicht gestorben sind, dann leben sie noch heute.“

6. Scheitern oder Glücken

Ob eine Paarbeziehung scheitert oder glückt, hängt von der Dynamik dreier Systeme ab: das der Frau, das des Mannes und ihr gemeinsam geschaffenes. Mann und Frau nehmen an ihnen teil und vollziehen sie. In Aufstellungen habe ich erlebt, dass sich ein Mann oder eine Frau in das Herkunftssystem des anderen als ein Zeichen ihrer Liebe verstrickt. Sie sind also dem Glück oder dem Unglück eher ausgesetzt, als dass sie es machen. Das soll nicht heißen, dass man nichts tun könne, um zum Gelingen oder Scheitern beizutragen, doch dieses glückliche oder unglückliche Tun speist sich oft aus der Dynamik. Manche können ihr Glück nicht nehmen und das Scheitern nicht lassen; andere können dem Scheitern nicht zustimmen und den

Partner nicht lassen, und wieder andere halten aneinander fest, als ob sie ihr Schicksal durch bloßes Wollen aufhalten könnten.

Jede Beziehung, die ihren Anfang hatte, findet ihr Ende, wie alles auf dieser Welt. Jede Partnerschaft ist auf ein Ende hin orientiert. Die Scheidung folgt der Trauung in jedem Fall. Nur die Zeit, die uns mit einander bleibt, ist unbestimmt. Denn der Tod scheidet letztendlich immer. Das Ende ist also im Anfang schon enthalten. Durch die Betrachtung geht die Bewertung aus der Beziehung zwischen Mann und Frau. Dem Geschehen von Trennung, Scheidung und den anderen lassen, kann sich niemand entziehen, der liebt und geliebt wird.

Beide folgen ihrer Dynamik mit der ihr eigenen Konsequenz. Am Ende spürt man diesen unglaublichen Schmerz, der jede Trennung von Mann und Frau begleitet, die ihre Liebe für einander gespürt und in ihrer Seele verbunden waren.

7. Die Trennung

Der Trennung geht häufig eine Krise voraus, die durch sie beendet wird. Die Versöhnung ist die andere Möglichkeit. Trennung bedeutet: „Es ist vorbei“ und wenn es ist vorbei ist, bleibt nur die Trennung. Systemisch hat das Paar keine Wahl. Wenn sie aber im Leben verweigert oder nicht vollzogen wird, werden andere im System in das Geschehen verstrickt und nehmen die Folgen aus der Verweigerung auf sich. Der Mann kann nicht bei der Frau bleiben und die Frau nicht beim Mann. Sie bewegen sich von einander weg, und die Beziehung geht aus einander. Sie stirbt. Beide erkennen das Ende an und stimmen diesem Ende zu.

Die systemische Gründe einer Trennung liegen in den unbeabsichtigten Folgen spezifischen Handelns, in Verstrickungen und Verschiebungen oder im Ungleichgewicht.

▷ Das bestimmte Tun

Systemisches Geschehen wird dadurch bewirkt, dass jemand etwas tut, ohne die Folgen zu übersehen und zu wollen. Der Mensch vergisst manchmal, dass er Geschehenes nicht ungeschehen machen kann. Er verliert die Achtsamkeit, die sein Tun begleitet und achtet nicht auf seinen Weg. Ein bestimmtes Tun – eine Tat oder ein Wort - beendet die Beziehung zum Partner, ohne dass er oder sie es wollte. Doch wenn gehandelt oder gesprochen worden ist, lässt das Tun beiden keine Wahl mehr. Es bleibt nur noch die Trennung.

So gefährdet eine Affäre die Beziehung. Wenn dabei ein Kind entsteht, beendet die neue Beziehung die alte. Ich habe noch nie eine andere Erfahrung erlebt oder von einer anderen Erfahrung gehört. Auch wenn das Kind abgetrieben wird, um die Ehe zu retten, ist sie doch schon durch die neue Bindung beendet. Auch wenn kein Kind entsteht, endet manchmal die Liebe. Aus diesem Wirken wurde eine Moral abgeleitet, um die Bindung zu schützen: „Du sollst nicht ehebrechen.“ Doch Moral hält Menschen nicht davon ab, sich in den Lebensfluss zu stürzen. So bleibt das Fremdgehen menschlich, obgleich die Treue ein hohes Gut ist. Das Wissen über die Wirkung meines Handelns kann manchmal helfen. Manchmal ignoriert die Seele es, um die Vielfalt des Lebens zu sichern.

In den Auseinandersetzungen des Alltags kann ein Wort fallen, das die Beziehung beendet. Ein Wort, das ein bestimmtes Maß überschreitet und über die Maßen kränkt. Es kann nicht mehr zurück genommen werden und wirkt auf die Beziehung ein. Hier ist die Freiheit, es ungeschehen zu machen, nicht mehr gegeben. Es gibt kein Zurück vor das Geschehen.

Wenn das Paar ein gemeinsames Leid nicht zu tragen vermag, wie Krankheit, Behinderung oder Tod eines Kindes, und einer einen Vorwurf gegen den anderen erhebt, endet die Beziehung meistens auch. Dieser Vorwurf wirkt wie ein Gift. Er vergiftet zuerst die Seele, dann die Liebe und tötet die Beziehung. Hingegen wirkt sich das gemeinsame Tragen des Leids als Stärkung der Bindung aus.

▷ **Vorangegangene Beziehungen**

Um eine Bindung an einen Partner zu leben, müssen vorangegangene Beziehung gelöst sein. Hier wird das Ende der einen zur Voraussetzung für das Gelingen der nächsten Beziehung. Die Trennung, der Abschied und das Voneinander-Lassen müssen in guter¹ Weise vollzogen sein, damit das Neue sich entfalten kann.

Die Frau erkennt die vorangegangenen Bindungen ihres Mannes an andere Frauen an und würdigt deren Schicksal. „Ich achte Dich als erste Frau meines Mannes, ich bin *jetzt* seine

¹ *Gut* bedeutet hier keine Wertung, sondern beschreibt die Lösung

Frau.“ Der Mann erkennt die vorangegangenen Bindungen seiner Frau an andere Männer an und würdigt deren Schicksal. „Ich achte Dich als ersten Mann meiner Frau, ich bin *jetzt* ihr Mann.“

Vorangegangene Beziehungen lassen sich dann schwer lösen, wenn einer der Partner schwer erkrankt und stirbt, wenn er im Krieg umkommt, oder wenn ein Schicksal das gemeinsame beendet. Der Schmerz bleibt in der Seele haften. Er wird nicht ausgedrückt und nährt die Hoffnung auf ein Wiedersehen zu anderer Zeit an anderem Ort. Diese Hoffnung macht blind fürs Leben. Sie aufzugeben bedeutet, sich dem Schmerz zu stellen. Dann tröstet die Erde und schenkt etwas von ihrer Kraft.

▷ **Die eigene Herkunft**

Wenn einer der Partner in etwas Ungelöstes in seiner Herkunftsfamilie eingebunden ist, dann verschiebt er es auf den anderen, oder dann verschiebt sich es auf den anderen. Dieses Ungelöste kann ein Unterbrechung der Bindung zu den eigenen Eltern sein. Man steht vor ihnen, fordert etwas anderes, als man bekommen hat und die Eltern verweigern deshalb ihren Segen. Oder man ist von ihnen abgewandt, weil man auf etwas schaut, das in dieser Familie nicht anerkannt ist. Oder man vertritt jemanden im System und kann deshalb die Eltern nicht als Eltern erkennen und die Eltern können deshalb das Kind nicht als ihr Kind erkennen. Unzählige andere Dynamiken können uns in unserem Ursprung halten. Er kann so nicht Quelle und wir nicht genährt werden.

Wir können nicht aus Vernunft heraus das Ungelöste ignorieren. Wir haben keine Macht, die Wirkungen aufzuhalten, solange das Ungelöste unerlöst ist. Es wirkt auf die Beziehung zu meiner Liebsten oder zu meinem Liebsten. Die Liebe öffnet uns für das System des anderen. Weil ich ihn liebe, agiert ich das Unerlöste in seinem Kontext aus. Das ist eine Tragik menschlichen Lebens, vor der sich niemand schützen kann.

▷ **Das Ungleichgewicht**

Das Beziehungsgeschehen zwischen Mann und Frau lässt sich systemisch auch auf ein Geben und Nehmen reduzieren. Mann und Frau geben sich gegenseitig und nehmen wechselseitig voneinander. Wenn Mann und Frau in einem reichhaltigen Austausch ste-

hen, dann zeigt sich eine erfüllte Beziehung. Aber dem Austausch sind auch Grenzen gesetzt, denn jeder von beiden ist in seinen Möglichkeiten zu geben und zu nehmen begrenzt. Deshalb gibt der eine nicht mehr, als der andere nehmen kann, und der andere will nicht mehr, als der eine geben kann. Das Paar findet einen ihm gemäßen Austausch. Dies bezieht sich auf Materielles und Immaterielles.

Hellinger spricht davon, dass ein Gewissen des Systems über den Ausgleich wacht und ihn einfordert, ohne das Wünschen und Wollen der beiden zu berücksichtigen. Mit anderen Worten bedeutet das, niemand kann sich über die Gesetzmäßigkeit eines Systems aus eigener Kraft hinweg setzen.

Ein Ungleichgewicht zwischen Mann und Frau zu Gunsten des einen und zu Ungunsten des anderen drückt das Paar auseinander. Die Beziehung hält das auf Dauer nicht aus. Es verletzt die Ebenbürtigkeit von beiden und setzt ein eigenes Geschehen in Gang, denen beide dann folgen müssen. Das Ungleichgewicht zerstört ihre Beziehung und sie handeln so, als ob sie die Beziehung zerstören wollten, obgleich sie auf einer bewussten Ebene an ihr festhalten. Diese Spannung in ihr und in ihm liefert die Kraft für endlose Auseinandersetzungen, die doch die Kluft nur größer macht. Manchmal kann der Ausgleich hergestellt werden und die Beziehung geht weiter, manchmal ist das Ende der Beziehung der Ausgleich.

Das Bild einer Balkenwaage, die fein und genau jede Veränderung erfasst, verdeutlicht das Geschehen: Wenn sich die Waage hin und her bewegt, ist die Beziehung lebendig und im Fluss. Wenn sich die Waage auf eine Seite neigt, sorgen beide dafür, dass die gegenüberliegende Seite gestärkt wird. Wenn sich die Waage endgültig auf eine Seite geneigt hat, ist die Beziehung zu Ende.

Trennungen sind schmerzhaft. Die Tiefe des Schmerzes ist mit der Intensität der Liebe verbunden. Die Bindung eines Paares und die Liebe, die Mann und Frau für einander empfinden, ist verschieden stark, ohne dass es dafür eine Erklärung gäbe. Doch in der Regel nimmt die Intensität der Bindungen mit ihrer Anzahl ab.

Trennung wird oft als Scheitern erlebt. Diese Bewertung des Geschehens erschwert wie jede Wertung die Wahrnehmung des eigenen Fühlens. Der Schmerz wird dann durch Wut manch-

mal sogar durch Hass ersetzt, denn es ist leichter wütend zu sein, als über einen Verlust zu trauern.

Dadurch, dass sie ihn oder er sie verlässt und Mann und Frau die gemeinsame Wohnung aufgeben, vollzieht sich der Prozess der Trennung, der in den Abschied mündet. Beide brauchen eine Zeit, um ihn innerlich zu vollziehen.

Wenn Wut und Hass erlebt werden, braucht es ein Annehmen des Erlebens. Auf dem Grund dieses Fühlens, in der unendlichen Tiefe der Seele, wandelt es sich in den Schmerz, den Liebsten verloren zu haben. Christoph Willibald Gluck hat 1762 in seiner Oper „Orpheus und Euridice“ eine Klage über dieses Verlorenhaben geschrieben:

*„Ach, ich habe sie verloren,
All mein Glück ist nun dahin!
Wär', o wär ich nie geboren,
Weh, dass ich auf Erden bin.*

In seinem eigenen Lied rührte der Schmerz das Herz des Komponisten so sehr, dass er im Gegensatz zur griechischen Sage die Geschichte versöhnlich ausgehen ließ.

8. Der Abschied

Der Abschied folgt der Trennung. Das Anerkennen, das es vorbei ist, ist vollendet. Die Scheidung wird jetzt notwendig. Sie vollzieht die Lösung von Mann und Frau. Wenn sie verweigert oder nicht vollzogen wird, können neue Beziehungen nur schwerlich gelingen.

Die gerichtliche Form der Scheidung wird einem Abschied selten gerecht, so dass auch zu dieser Phase jede und jeder seine eigene Form für das Ende gestalten muss. Das Paar kann ihn getrennt oder auch gemeinsam vollziehen. Mittlerweile gibt es Scheidungsrituale, die Mann und Frau helfen sollen, sich von einander zu verabschieden.

Wenn der Abschied gelingt, gibt er beiden ihre Würde zurück. Die Frau kann sich aufrecht mit der ihr eigenen Achtung von ihrem Mann verabschieden, und der Mann kann sich mit der ihm eigenen Achtung von seiner Frau verabschieden. Beide schauen auf das vergangene Gemeinsame und das Gewesene. Sie kehren in ihrer Erinnerung noch mal an den Beginn ihrer

Liebe zurück. Sie spüren in das Gefühl ihrer ersten Begegnung, das sich manchmal nur noch erahnen lässt. Noch einmal kehrt der Schmerz zurück, wenn sie sich in ihre Augen sehen, sich gegenseitig verneigen und die Tiefe der Verbeugung die Größe der erlebten Liebe ausdrückt. Beide anerkennen, wie schade es ist, und sie stimmen zu, dass sie einen Platz in seinem System und er einen in ihrem hat. Sie lässt ihm seine, und er lässt ihr ihre Bedeutung. Sie war seine erste Frau, er war ihr erster Mann. Sie steht jetzt nicht mehr neben ihm und er steht nicht mehr neben ihr. Der Platz für einen neuen Mann oder für eine neue Frau ist frei geworden, ohne dass die vorangegangene Bindung dadurch entwürdigt wird.

Für dieses Ritual hat Bert Hellinger in den Familienaufstellungen Sätze gefunden, die dem Abschied gerecht werden:

„Ich danke dir für alles, was du mir gegeben hast, ich werde es in Ehren halten. Und du darfst alles behalten, was ich dir gegeben habe, ich habe es dir gern gegeben. Ich übernehme meinen Teil der Verantwortung dafür, dass es schief gegangen ist und ich lasse dir deinen Teil der Verantwortung.“

Jetzt zieht sich jeder auf das Eigene zurück und lässt den anderen in das Eigene ziehen

9. Das Voneinander-Lassen

Mit dem Abschied ist die Bewegung von einander weg noch nicht am Ende. Der Abschied ist Teil dieser Bewegung. Sie erschöpft sich, wenn die Frau von dem Mann und der Mann von der Frau lässt. Dann ist sie in ihrem eigenen und er in dem seinem angekommen.

Wenn diese Bewegung nicht vollzogen wird, geht die Beziehung nicht wirklich zu Ende. Ich habe das eigentliche Ende einer Beziehung bemerkt, als mir Familien begegneten, wo die Eltern getrennt und geschieden waren. Sie verstanden sich gut und konnten mit einander sprechen. Von außen sah es wie eine perfekte Trennung aus. Doch den Kindern ging es schlecht. Ich konnte zunächst nicht verstehen, weshalb sie so sehr unter der Trennung ihrer Eltern litten. In den Aufstellung zeigte sich dann, dass die Paarbeziehung nicht wirklich gelöst war. Die Kinder waren in der Illusion geblieben, ihre Eltern könnten wieder zusammen kommen. Diese Phantasie nahmen ihnen die Kraft, sich der Wirklichkeit zu stellen.

Das Voneinander-Lassen bedeutet auf einander zu verzichten. Es ist ein Prozess der Einsicht und manchmal auch von Schmerz begleitet.

Zunächst ist es ein Lassen in Liebe und von der Liebe. Liebe ist nicht nur ein Gefühl, sie ist auch Bewegung und Handeln. Ein Lassen in Liebe drückt sich darin aus, dass Mann und Frau freundlich auf einander und auf das neue Glück der und des anderen schauen. Sie begleiten den Weg des anderen wohlwollend. Ein Lassen von der Liebe drückt den Rückzug vom anderen aus. Von dem, was war, lässt sich nichts in das Jetzt hinüber retten. Die Liebe, die sie für einander empfunden haben, lassen sie beim anderen. „Ich lasse meine Liebe bei Dir, sie ist ein Geschenk.“

Dann ist es ein Lassen, das die Intimität betrifft. Wenn das Paar durch Trennung und Abschied gut hindurch gegangen ist, dann sind Verletzungen bearbeitet und ausgeheilt. Der Schmerz ist vorbei. Jetzt erkennen sie ihre alte Intimität wieder und hoffen, sie in die neue Zeit hinüber zu retten. „Wir können gute Freunde bleiben“ ist der Satz, der die Intimität retten soll. Doch tatsächlich verhindert dieser Satz, dass die Intimität aufgegeben wird. In der Zeit ihrer Ehe haben sie gegenseitig ihr Inneres geschaut. Sie sind vertraut gewesen. Sie kannten ihre gegenseitigen Schwächen, Eigenheiten, Gewohnheiten und kleinen Makel, kurzum was jede und jeden einzigartig macht. Dieses Kennen umfasst mehr als das versprachlichte Wissen. Es ist dieses Gefühl von Vertrautheit und Intimität, dass sie gekannt haben. Jetzt darf und muss es vergehen, wie die Zeit vergeht.

Wenn sie die Intimität sein lassen, dann verzichten sie auch darauf, dem anderen ihr Inneres mitzuteilen. Sie lassen ihn auch nicht mehr in ihr Schlafzimmer. Sie entwickeln ihre eigene Identität und Intimität ohne den anderen weiter.

Das Gemeinsame, das Gewesene und Gewordene lassen sie los. Wenn es denn möglich war, lebt es in ihren Kindern weiter, und sie hören in ihrem Inneren die Mutter sagen: „Das Beste, was ich von Deinem Papa habe, bist du. Dich habe ich von ihm.“² Und sie hören in ihrem

² Diesen Satz habe ich so zum ersten Mal aus dem Mund von Dr. Wolf Büntig gehört.

Inneren den Vater sagen: „Das Beste, was ich von Deiner Mama habe, bist du. Dich habe ich von ihm.“

So geht die Beziehung und die Bindung im Angesicht Gottes vorbei.

Anschrift des Verfassers
Dipl. – Psych. Thomas von Stosch
Arbeitsgemeinschaft Psychotherapie Weinsberg
Seestrasse 9, D – 74189 Weinsberg
Email: th.von.stosch@t-online.de
www.ap-weinsberg.com