

Die Kraft der Liebe

Liebe. Wer sehnt sich nicht nach ihr, wer hat sich von ihr noch nie berühren lassen? Und auf der anderen Seite, wer ist von ihr noch nie bis in die tiefsten Abgründe erschüttert worden? Liebe. Ein kleines Wort mit grösster Bedeutung. Ob jung oder alt, ohne Liebe überleben wir nicht. Was wäre eine Partnerschaft ohne dieses fulminante Gefühl? Sie scheint der einzige Garant für Glück zu sein in einer Welt, wo Leistung und Zeitdruck, aber auch Konkurrenz, Gewalt und Schrecken uns alltäglich begleiten. Die Liebe ist eine Kraft, die sowohl im Privaten wie auch im gesellschaftlichen Bereich Auswirkungen hat.

Schwindende Liebe, Beratung als letzte Hoffnung

Oft kommen Frauen und Männer zu mir in Beratung und klagen, dass ihnen die Liebe abhanden gekommen ist. Plötzlich, wie über Nacht, schicksalhaft, unerklärlich. Sie sind traurig, stumpf, leer und verstricken sich in Schweigen und Rückzug. Andere sind empört, lassen ihrer Wut freien Lauf, drohen. Wiederum andere lässt der Liebesverlust kaum noch schlafen, das Essen bleibt im Hals stecken, sie haben Halt und Boden verloren. Im nächtelangen Gespräch hoffen sie verzweifelt, die schwindende Liebe noch aufhalten zu können. Oft mit einem letzten Funken Hoffnung suchen sie die Beratung auf, tun etwas, das sie sonst nie machen würden. Vielleicht kann die Beraterin ja erklären, was mit ihnen passiert ist, vielleicht finden sie da Antworten auf die einzige Frage: kann eine verloren gegangene Liebe wieder gefunden werden? Oder bedeutet das jetzt das Aus der Beziehung?

Die Verzweiflung solcher Paare lässt nicht kalt. Da ist sichtbar, hörbar, spürbar, wie intensiv und allumfassend dieser Verlust der Liebe erlebt wird. Die Erwartung und der Druck auf die Beratung ist entsprechend hoch. Wie gerne hätte ich in solchen Momenten eine Schublade zur Verfügung, ähnlich einer Bonbonschublade, gefüllt mit Liebe. Könnte ich jetzt den beiden eine Tüte abfüllen und mit auf den Weg geben, der Beratungserfolg wäre mir garantiert!

Romantische Liebesvorstellung

Was ist passiert mit der Liebe? Weshalb hat sie die Macht, solche enormen Kräfte, aber auch abgrundtiefe Nöte auszulösen? In Schlagertexten wird das Lied von der ewigen Liebe gesungen, trotz einer Scheidungsrate von mehr 50 %. Allen Modeströmungen wie die der freien Liebe, der offenen Partnerschaft, der Polyamour zum Trotz wird in Befragungen immer noch das Leben zu zweit als Land der Hoffnung genannt, als jenen Ort, wo Nähe, Wärme, Zärtlichkeit und Geborgenheit gefunden und die Sehnsucht nach inniger Verschmelzung gestillt wird.

Die Liebe scheint in unserer heutigen Zeit der letzte Garant zu sein für einen sinn- und identitätsstiftenden Gegenpool zur Anonymität und Vereinsamung. Nur zu gerne lassen wir uns verführen vom Glauben, wer den Richtigen, die Richtige gefunden hat, bleibe für den Rest des Lebens glücklich. Dass die hohen Erwartungen an eine Partnerschaft, in der sich die Partner gegenseitig die ganze Palette von Sinn, Identität und Zusammengehörigkeit abdecken sollen, Paare über Kurz oder Lang restlos überfordert sind, ist verständlich. Die romantische Liebe ist ein Konstrukt, eine Vision mit grosser Leuchtkraft, ein Sehnsucht, der wir uns kaum entziehen können. Die Liebe allein gibt jedoch noch kein Hinweis, wie das Zusammenleben gestaltet, wie mit Kindern, Beruf, Haushalt und Mobilitätsansprüchen der Alltag bewältigt werden kann.

Was heisst das nun für das Paar, das am Morgen mit einem flauen Gefühl in der Magengegend aufwacht und den Schmetterlingen im Bauch nachtrauert?

Was soll der Mann tun, der in der nörgelnden, unzufriedenen Frau unmöglich seine sanftmütige Prinzessin von einst erblicken kann? Wie geht die Frau mit der grossen Enttäuschung um, dass aus ihrem engagierten und sprühenden Liebes-Liebsten ein wortkarger, mürrischer Mann geworden ist, der den Gesprächen ausweicht und Abend für Abend vor dem TV einschläft. Ist es da nicht verständlich, dass Mann und Frau von sich selber überzeugt sind, dass das Problem nur beim andern liegt, dass sie sich lediglich bei der Partnerwahl getäuscht haben?

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, mit der Ernüchterung und dem Verlust der romantischen Liebe umzugehen.

Wie weiter nach der Krise?

Die einen halten am Glauben an die romantische Liebe fest. Sie sind überzeugt, dass sie sich nur in der Wahl getäuscht haben. Entweder ändert er oder sie sich nun oder es wird eine passendere Partnerin, einen passenderen Partner gesucht.

Andere Paare leiden unter dem Verlust der romantischen Liebe, finden aber rationale Gründe, weshalb sie die Beziehung vorläufig doch weiterführen wollen; sie bleiben zusammen wegen den Kindern; warten ab, bis das Einfamilienhaus amortisiert ist oder arrangieren sich in einem mehr oder weniger distanzierten Neben-einander-her-leben.

Die dritte Sorte von Paaren will es wissen. Sie machen sich auf den langen, steinigen Weg, die romantische Liebe von früher und die heutigen Anforderungen ans Zusammenleben in sinnvoller Weise miteinander zu verknüpfen. Daraus entsteht

Eine neue Liebeswirklichkeit

Die könnte etwa so aussehen:

- Eine Liebesbeziehung, in der alle Liebesqualitäten wie Vertrauen, Herzensliebe, Sexualität, Spiritualität und Durchsetzungskraft für beide genügend vorhanden ist und immer wieder neu belebt wird.
- Eine Liebesbeziehung, in der beide das Gefühl haben, dass ihre Arbeitsteilung inbezug auf Kinder, Haushalt und Beruf stimmig ist.
- Eine Liebesbeziehung, die dem Paar genügend Zeit für die Zweisamkeit lässt, aber auch Zeiten für persönliche Weiterentwicklung und private Aktivitäten beinhaltet.
- Eine Liebesbeziehung, wo persönliche Unterschiede von Partnern Platz haben und liebevoll respektiert werden und ein verständnisvoller Umgang mit ihnen ausgehandelt wird.
- Eine Liebesbeziehung, wo Geben und Nehmen im Zusammenleben der Partner ausgewogen ist.
- Eine Liebesbeziehung, in der die Schwächen von sich und vom anderen bekannt sind und achtungsvoll damit umgegangen wird und wo die Stärken beider geschätzt werden und dem guten viel Aufmerksamkeit geschenkt wird.

Die Paare, die sich der Herausforderung einer neuen Liebeswirklichkeit gestellt haben, wissen, dass die Liebe nicht einfach vorhanden ist, sondern dass immer wieder miteinander aktiv in der Begegnung Situationen geschaffen werden müssen, bei denen der Liebesfunke Nahrung bekommt und neu entfacht werden kann.

Es versteht sich von selbst, dass eine neue Liebeswirklichkeit nicht in einem linearen Weg erreicht wird. Der Weg aus Leere und Distanz, aus erstarrter Kommunikation, aus eingeschlifenen destruktiven Beziehungsmustern und Vorwurfstiraden ist hart, mit vielen Hochs und Tiefs verbunden und braucht nebst dem bewussten Entscheid beider, miteinander diesen Weg zu gehen, in vielen Fällen auch eine kompetente fachliche Begleitung.

Wie immer ein Paar sich auch entscheiden mag, wichtig ist in der Liebe nicht das Erreichte, sondern das gemeinsam auf dem Weg sein und die Pflege der eigenen Liebesfähigkeit.

Es wird immer Paare geben, die sich verlieben, die erfüllt sind von ihrer romantischen Liebe und die Sehnsucht darnach haben, die leiden unter dem Verlust und die bereit sind, in mühsamer Kleinarbeit mit Hilfe der Paarberatung die Kraft der Liebe neu zu entdecken. Die Hoffnung besteht, dass die Liebe über das Paar hinaus einen Funken für ein wertschätzendes Zusammenleben in die Welt trägt.