

Dr. Thomas Kahl

## **Das (Un-)Glück der Geliebten eines verheirateten Mannes**

Manchmal erscheint die Ehe gleich einer belagerten Festung: In diese will hinein, wer draußen ist - und die drinnen wünschen sich, wieder draußen zu sein.

Das Problem der Ehe besteht in der Bindung. Die Heirat ist ein öffentlicher und rechtlicher Akt der Festlegung aufeinander: Die Partner nehmen sich gegenseitig voll und ganz an. So sehr man dies im verliebten Stadium erstrebt, so mühsam und beschwerlich kann es zuweilen werden, zusammen zu bleiben und sich beständig die Stange zu halten.

Wenn man im anderen den Partner für schöne gemeinsame Zeiten sucht, für das, was beiden miteinander und aneinander Spaß macht, zur Gesellschaft, um nicht allein zu sein, so entsteht der Wunsch nach Zweisamkeit. Eine gute Ehe lässt sich aufgrund dessen noch längst nicht erwarten. Hierzu gehört viel mehr, vor allem das gemeinsame Bewältigen etlicher Alltagsangelegenheiten. Wer glaubt, sie bringe vor allem Vergnügliches, wird in der Ehe auch eines anderen belehrt.

### **Echte persönliche Bindung oder in erster Linie angenehme Zweisamkeit?**

Der Single-Mann, der Geliebter oder Freund einer Frau sein will, ist in der Regel jemand, der sich für die in einer Ehe auf ihn zukommende Verantwortung und Bindung noch nicht reif genug fühlt. Als Freundin oder Geliebte sucht er sich darum am besten eine verheiratete Frau, die ihren Mann nicht verlassen will. Und er tut gut daran, sie darin zu bestärken, bei diesem zu bleiben. Genauso will die Frau, die Freundin oder Geliebte sein *will*, normalerweise tatsächlich nur diese Rolle spielen. Auch ihr geht es in erster Linie darum, die eigene Attraktivität auszukosten, um das süße Leben ohne Verantwortung und Bindung. In beiden Fällen richtet sich das Interesse im Grunde nicht auf den anderen als Persönlichkeit oder Partner – Sympathie und einige gemeinsame Interessen reichen als Basis. Dementsprechend erlischt das Interesse schnell, wenn unangenehme Erwartungen oder Ansprüche entstehen oder eine neue Person auftaucht, mit der solche Zweisamkeit lohnender erscheint.

Derartige Freundschafts-Beziehungen können relativ unproblematisch verlaufen. Die Bedürfnisse der beiden Partner entsprechen sich hier nämlich im Wesentlichen. Außerdem ist dabei auch *beiden* ziemlich klar, was die Erwartungen aneinander sind.

Problematisch kann es hingegen dann werden, wenn ein verheirateter Mann eine heiratswillige Frau für angenehme Stunden begehrt, diese aber meint, sie

könne ihm die bessere Ehefrau sein. Tragisch kann es werden, wenn die Frau dieses Interesse des Mannes nicht erkennt oder wahrhaben will. Dann meint sie, er wolle sie heiraten – sobald ihm die Trennung von der Ehefrau möglich sei.

Aber, will er sich wirklich von seiner Frau trennen? Tatsache ist, dass Männer, denen klar ist, dass sie sich von ihrer Frau trennen wollen, weil sie sich mit ihr auseinandergeliebt haben und es mit ihr nicht mehr aushalten, die Trennung schnell vollziehen, sobald sich eine gute Beziehung mit einer anderen Frau ergeben hat: Wenn die Scheidung rechtlich noch nicht möglich ist, so erfolgt zumindest eine eindeutige Trennung von Tisch und Bett: Er wohnt getrennt von ihr.

Wenn jedoch ein Mann weiter bei seiner Frau wohnt und mit ihr auch noch Kinder in die Welt setzt, so ist keine Trennung zu erwarten, auch wenn er diese seiner neuen Geliebten noch so sehr in Aussicht stellt. Die Gutgläubigkeit und Realitätsblindheit von Frauen, die sich in einen Ehemann verliebt haben, ist nicht grundlos eine besonders pikante Rolle in Lustspielen. Wie kommt es dazu?

### **Was kann einem Mann in der Ehe unangenehm sein?**

1. *Manche Männer sind nicht mit dem einverstanden, was ihre Frau von ihnen zuhause erwartet.*

Inzwischen verbreitet sich nämlich zunehmend die Auffassung, dass *beide* Ehepartner Aufgaben und Verantwortung für das gemeinsame Wohl der Partnerschaft und der Familie zu übernehmen haben. Aufgrund der traditionellen Rollenverteilung zwischen Mann und Frau meint mancher Mann jedoch noch, er habe mit der Ablieferung des Geldes für den Lebensunterhalt bereits seinen Pflichtanteil getan. Was er darüber hinaus tue, sei ihm bzw. seiner Lust dazu überlassen. Darum fällt der Frau immer wieder die eher unangenehme Rolle zu, den Mann auf seine weitergehende Verantwortung hinzuweisen. Dies gilt insbesondere dann, wenn sie mal nicht alles alleine schafft und seine Hilfe braucht. Zuweilen ist ihm dieses Verhalten seiner Frau lästig. Er reagiert dann leicht unwillig oder ausweichend. Er sagt etwa, er sei nach dem harten Arbeitstag erschöpft und könne darum nur noch "nichts mehr" tun. Lässt sie nicht locker, so zieht er sich zurück, indem er aus dem Haus (in die Kneipe, zu Freunden etc.) geht oder sich Arbeiten zuwendet.

Angenehmer ist es ihm natürlich, wenn seine Frau, statt etwas von ihm zu fordern, auf seine Wünsche nach einer angenehmen Zeit (Entspannung, Erholung, gutes Essen und Trinken, Verwöhnung durch Zärtlichkeiten etc.) eingeht und ihn tun lässt, wonach ihm ist. Dabei kann ihm durchaus klar sein, dass darauf im Moment im Blick auf die Zukunft oder auf noch zu erledigende Aufgaben besser verzichtet würde. Gegenüber Einwänden mag er sich rechtfertigen: Er wolle, wenn er schon im Beruf ständig von Notwendigkeiten getrieben werde, das zuhause nicht auch noch erleben.

2. *Im Ehe-Alltag wird vieles selbstverständlich: Routine ohne Pep.* Im Laufe der Zeit erschöpft und verliert sich viel von dem, was die Partner einst aneinander reizte und zusammenführte: Das gegenseitige Interesse am anderen und daran, sich genauer kennen zu lernen, die Suche nach eigenen Möglichkeiten, den anderen zu beeindrucken und ihm glückliche Momente zu schenken, die gegenseitige Überraschung und Bewunderung und die Bestätigungen und Komplimente, die sich daraus ergeben. Die Ehepartner erleben sich gegenseitig auch als müde, erschöpft, gereizt, krank und äußerlich unattraktiv, mit allen ihren Schwächen, d.h. wie sie als Menschen eben *auch* sind. Sie können sich gegenseitig kaum noch etwas vormachen, und so wird der Lack, der zu Beginn ihrer Beziehung zuweilen noch schön glänzte, allmählich rissig und brüchig. Damit wächst die gegenseitige Vertrautheit und die Gewöhnung aneinander. Das Gefühl der Zusammengehörigkeit wird durch die gemeinsame Geschichte, die Kinder und die Erfahrung gegenseitiger Stützung in Krisensituationen intensiver und selbstverständlicher.

### **Was wünscht sich ein Ehemann von seiner Freundin?**

Auf diesem Hintergrund kann die Versuchung entstehen, sich eine Freundin zuzulegen. Bei dieser hofft er dasjenige wieder zu bekommen, was er bei seiner Frau vor der Ehe und auch noch in deren erster Zeit geschätzt hatte, was aber dann im Laufe der Ehe in den Hintergrund getreten ist. Die Freundin soll ihm also das bieten, was er sich wünscht, aber zuhause nicht mehr findet: Weibliche körperliche Attraktivität, die begehrt werden will und nicht jederzeit und ‚umsonst‘ zu haben ist, die damit verbundene erotische Spannung und – natürlich – das angenehme Gefühl, als Mann bewundert, begehrt und über alle Maßen verwöhnt zu werden. Er kann sich der Freundin, wie sie sich ihm, stets von der besten Seite her zeigen. Er kann für sie der bewundernswerte, großartige Mann sein, sie für ihn die attraktive, begehrenswerte Frau.

Freilich geht dies alles nur so lange gut, wie jeder dem anderen nur eine Teilansicht bietet und man sich gegenseitig zwar (fast) alles gibt, aber noch nicht voll ‚hat‘. Es geht auch nur so lange, wie jeder auch seine eigenen Wege geht und man nur zeitweise zusammensein kann. Mündet eine derartige Beziehung in einer Ehe, so lassen sich diese Rollen immer weniger durchhalten. Deshalb will der verheiratete Mann, der eine Freundin sucht, diese *nur* als Freundin. Er wird sie niemals heiraten wollen, weil er genau weiß, dass sie dann nicht mehr Freundin wäre, sondern diejenige Rolle einnehmen würde, die seiner Ehefrau zukommt. – Grundsätzlich kann man davon ausgehen, dass jeder einigermaßen glücklich Verheiratete recht genau weiß, was er an seiner Frau hat. Darum ist ihm in der Regel klar, dass die Freundin seiner Frau auf wichtigen Gebieten des Zusammenlebens und der gegenseitigen Ergänzung und Unterstützung unterlegen ist: Aus dieser Sicht ist die Freundin keine Rivalin der Ehefrau, sondern nur – als Ausgleich für deren ‚Unvollkommenheiten‘ – ein wünschenswertes Extra.

## Wer eignet sich als Freundin?

In idealer Weise eignet sich eine jüngere und unerfahrene(re) Arbeitskollegin, die in beruflich untergeordneter Stellung von dem Mann abhängig ist, z.B. dessen Sekretärin. Mit dieser kann er sich Themen zuwenden, von denen er viel versteht und die sie beruflich interessieren müssten. Außerdem kann ein solches Verhältnis den Berufsalltag mit angenehmen Spannungen und erregenden Momenten bereichern. Schließlich lässt sich die Zeit für die Stunden zu Zweit auch gut mit dem offiziellen Arbeitsablauf verknüpfen. Dadurch wird gegenüber der Ehefrau die Geheimhaltung erleichtert.

In solche Umstände kann eine junge Frau fast unmerklich hineinrutschen: Sie braucht nur einem verheirateten Mann zu gefallen, der in seiner derzeitigen Ehe nicht ganz glücklich ist und der darum der Versuchung erliegt, den Kontakt mit ihr bewusst zu intensivieren und dabei zu erotisieren. Hat sie zu diesem Zeitpunkt keinen Partner und wünscht sie sich einen, so braucht ihr dieser verheiratete Mann nur sympathisch zu sein. Er kann ihr Mitgefühl durch Schilderungen seiner unbefriedigenden Ehe wecken: Er kann sie leicht gewinnen, wenn er an ihren weiblichen Fürsorgetrieb appelliert, indem er ihr erzählt, wie ‚verständnislos‘ ihn seine Frau behandle und was diese ihm alles nicht zu geben bereit sei. Mit etwas Fantasie entsteht im Kopf der Umworbenen so schnell das Bild des Hausdrachens, der ständig schimpft und wettet und den armen Mann mit einer Unmenge unberechtigter Forderungen zu verschlingen droht.

## Die Beziehung auf dem Holzweg

Kommt es zu einer intimen Freundschaft, so entsteht leicht eine heikle Situation – dann, wenn sich eine alleinstehende Frau in den verheirateten Mann verliebt hat und diesen zu heiraten wünscht. Sie sieht sich dann als Rivalin seiner Ehefrau und will deshalb sich und dem Mann beweisen, dass sie ihn besser glücklich machen kann als diese. Auf die Dauer reicht es ihr dann jedoch immer weniger, nur seine Geliebte oder Freundin zu sein. Sie will nicht nur in der so begrenzten Rolle begehrt, sondern *ganz* geliebt werden. Dann hofft sie, dass er sich eindeutig für sie entscheidet, d.h. zu-nächst einmal, dass er allmählich seine Scheidung einleitet.

Dass er sich entscheidet, ist jedoch nur *ihr* Anliegen sowie, vielleicht, dasjenige seiner Ehefrau, falls diese inzwischen seine Nebenbeziehung bemerkt hat. Er selbst hat sich längst entschieden: Er will *beide* Frauen, die eine als Ehefrau, die andere als Freundin. So besteht die Lösung dieses ‚Entscheidungsproblems‘ für *ihn* darin, beiden Frauen immer wieder neu zu versichern, wie sehr er sie liebt, und jeder möglichst überzeugend zu erzählen, welche edlen Rücksichtnahmen ihn daran hindern, sich von der anderen schon jetzt zu trennen. Er bemüht sich also, die geforderte Entscheidung

immer wieder hinauszuschieben und beide Frauen über ihren Kummer hinwegzutragen. Möglicherweise stellt er ihnen frei, sich von ihm zu trennen, wobei er davon ausgehen kann, dass keine ihn der Rivalin überlassen, also den Kampf um ihn aufzugeben will. So stehen die Chancen für ihn bestens, beide zu behalten. Und er kann sein Gewissen zu beruhigen versuchen, indem er ja keine von beiden *zwingt*, bei ihm zu bleiben: „Sie tun es ja freiwillig.“

Was er tatsächlich mit der Freundin vorhat, lässt er weitgehend im Unklaren, und das wird auch von ihr vernebelt. In der Regel drückt sie nämlich ihr Bedürfnis, seine Frau zu werden, in wohlbedachter Weise nur recht zurückhaltend aus. Sie drängt ihn nicht allzu sehr und betont ihr Verständnis dafür, dass er seine Frau und Kinder nicht einfach im Stich lassen kann. Damit stellt sie sich ihm gegenüber als tolerante Frau dar. Und, natürlich, will sie keinen Mann, der grausam zu seiner Frau und seinen Kindern ist.

Damit macht es ihm die Freundin leicht, sie weiter hinzuhalten. Zugleich kann er ihr Verhalten in einer Weise deuten, die sein schlechtes Gewissen oberflächlich betäubt: So mag er sich sagen: „Wenn sie kaum von Heirat spricht und hier nicht drängt, so muss ich ihren Wunsch danach wohl auch nicht so ernst nehmen!“ Folglich meint er, sie auch nicht darüber aufklären zu müssen, dass er gar nicht an Heirat mit ihr denkt. Aus seiner Sicht ist es am besten, dieses Thema möglichst zu vermeiden und der Freundin durch Geschenke, Worte und Versprechungen ‚zu beweisen‘, was sie ihm wert ist. Dies sind ihm auch geeignet erscheinende Mittel, sie für ihre Geduld zu belohnen und für gewisse Unannehmlichkeiten zu entschädigen.

Normalerweise nimmt sie seine Versprechungen ernst und betrachtet die Geschenke als Zeichen der Verbundenheit, Verehrung und Liebe. Um zu beweisen, dass sie für ihn die richtige Frau ist, meint sie, Geduld zeigen zu sollen und weiter vor allem das zu tun, was er sich von ihr wünscht.

Es gibt Frauen, die nur noch für ihren so geliebten Mann leben: Sie lassen ihre Kontakte zum früheren Freundeskreis einschlafen oder brechen sie ab. Sie arbeiten auch das ganze Wochenende über für ihn. Sie verabreden sich kaum noch mit anderen Personen. Denn sie warten Tag und Nacht darauf, dass er sich bei ihnen meldet oder zu ihnen kommt. Ihre Tendenz zur Selbstisolation kann verstärkt werden durch Befürchtungen, dass andere ihr Verhältnis mit einem verheirateten Mann möglicherweise nicht gutheißen: Solchen Leuten will sie nicht begegnen, vor allem nicht in der eigenen Wohnung. Ist sie zusätzlich noch beruflich-finanziell von dem Mann abhängig, so kann sich eine totale Fixierung auf ihn ergeben: Ein Leben ohne ihn wird für sie unvorstellbar – nur mit ihm und durch ihn hat all ihr Tun einen Sinn. Solche Frauen sind wie Gefangene – sie können sich aus dem Gefängnis nicht selbst befreien, sondern nur hoffen, aufgrund guter Führung erhört zu werden. Tatsächlich erscheinen ihnen alle anderen Wege verschlossen, den geliebten Mann ganz für sich zu gewinnen.

## **Befreiung aus dem Gefängnis?**

Hat sich die Freundin noch einen gesunden Rest an Selbstwertgefühl bewahrt, so wird sie angesichts der ständigen Vertröstungen schließlich ungeduldig: Sie beobachtet, wie sie älter wird. Sie denkt daran, dass ihre äußerliche Attraktivität allmählich nachlassen könnte. Sie fragt sich, wie lange sie noch Zeit hat, um eigene Kinder zu bekommen... Mit jedem Tag, den sie noch warten muss, kommt sie der Erfüllung ihrer Hoffnungen nicht näher – im Gegenteil. Was bleibt ihr noch, wenn er sich nicht in absehbarer Zeit für sie entscheidet? Und dann fragt sie sich, was sie tun kann, um möglichst schnell Klarheit zu bekommen.

Will sie nicht endlos abwarten, ihn aber auch nicht durch Drängen gegen sich aufbringen und damit Spannungen heraufbeschwören, so kann sie versucht sein, das Schicksal herausfordern: Sie wird, angeblich wie von einem Blitz aus heiterem Himmel, schwanger!

Wenn er sie *nur* als Freundin will, ist abzusehen, wie es danach weitergeht: Er wird alles tun, um sich weder mit dem Kind noch mit ihr zu belasten.

Was er *genau* tun wird, hängt jedoch auch *von ihr* ab:

- Falls sie nicht von ihm lassen will, wird er sie wie eine heiße Kartoffel fallen lassen und alle möglichen Tricks und Mittel anwenden, um sie loszuwerden. Daraufhin könnte sie ihren eigenen Tod vorbereiten oder sich nach Kräften an ihm rächen, indem sie seinen Ruf in der Öffentlichkeit schädigt.
- Falls sie jedoch bereit ist, sich aus seiner Umwelt zurückzuziehen, wird er ihr eher wie ein Edelmann behilflich sein, sich mit der Trennung abzufinden und sie zu überwinden.

Erfahrungsgemäß enden derartige Beziehungen mit einer Katastrophe. Insbesondere leidtragend ist am Ende stets die Freundin. Daneben gibt es Fälle von prominenten Männern, die durch eine solche Affäre ihren Ruf und ihre berufliche Position gefährden und/oder der Freundin den Weg in die öffentliche Popularität ebnen...

Möglicherweise geht die Freundin von sich aus einen anderen Weg. Das würde jedoch bei ihr ein recht hohes Maß an Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl voraussetzen. Frauen, die darüber noch nicht verfügen, könnten es entwickeln – zwar kaum allein, aber mit der Unterstützung anderer. – Jedoch bildet deren Fehlen die Grundlage des Problems: Eine Frau, die diese Voraussetzungen mitbringt, begäbe sich kaum in eine so prekäre Lage! Die typische Freundin eines verheirateten Mannes zeichnet sich gerade durch mangelhaftes Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl aus! Eben darum verläuft ja ihre Befreiung aus einer derartigen Beziehung – wenn es überhaupt zu einer solchen Befreiung kommt – oft nur erzwungenermaßen und durch einen riesigen Scherbenhaufen hindurch. Eine solche Befreiung gleicht einem Sturz in tiefes, kaltes Wasser: Wenn sie nicht untergehen will, muss sie sich selber retten. *Dabei* kann sie dann Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl entwickeln.

Der bessere Weg, Klarheit zu erhalten, hätte darin bestehen können, der Qualität der Beziehung möglichst *frühzeitig* auf den Grund zu gehen. Sie muss also wirklich erfahren wollen, woran sie bei ihm ist! Besonders Erfolg versprechend ist, nicht weiterhin *nur* das zu tun, was *er* sich von ihr wünscht. Sie sollte sich vielmehr *ihrer* Bedürfnisse, Wünsche und Eigenarten selbst bewusster werden und dann diesen entsprechend vorgehen: Sie sollte tun und lassen, wonach ihr ist, und zwar *unabhängig* von ihm. Und wo es sich ergibt, auch *entgegen* seinen Ideen, Wünschen und Interessen. Eben dies vermied sie bislang, unter anderem aus der (die Klarheitsfindung verhindernden!) Befürchtung heraus, er könnte sie verlassen, wenn er erfährt, wie sie wirklich ist. Indem sie sich ihm nur so zeigte, wie er sie haben wollte, hat sie sich ihm zu billig und ihm alles zu leicht gemacht.

Was sie ihm tatsächlich wert ist, kann sie erst erfahren, indem sie ihm deutlich werden lässt, wer und wie sie tatsächlich ist. Erst, wenn sie selbständig Wege einschlägt und ihre eigenen Interessen ihm gegenüber ehrlich und genauso bestimmt und ernst vertritt, wie sie ihr sind, kann er sie so kennen lernen, wie sie wirklich ist. Und erst dann kann er erkennen, was er tatsächlich hätte oder bekäme, wenn er sie heiratete. Indem sie sich ihm so ungeschminkt zeigt, kann sie verhindern, dass er die Entscheidung immer weiter hinausschiebt. Denn nur *dadurch* kann sie sich – wenn überhaupt – als echte Alternative zu seiner Frau erweisen. Sie sollte ihm also deutlich machen, was *sie* wert ist und was er seinerseits zu tun hätte, um *sie* zu erhalten. Sie müsste dem Motto folgen: „Entweder du liebst mich voll und ganz und so, wie ich bin oder du bist für mich nicht der Mann, den ich suche!“ Damit beweist sie Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl. Und nur, wenn er sich nun echt um sie bemühen muss, wird er ihr Achtung und Wertschätzung entgegenbringen. Was würde wohl daraufhin geschehen?

Auch dieser Weg kann zu unangenehmen Spannungen und schließlich zur Trennung führen. Die Freundin entspricht nämlich nun nicht mehr der Rolle, die er ihr zgedacht hatte. Wenn sie die Rolle, *nur* Freundin zu sein, aber ohnehin nicht gewollt hatte, so verliert sie letztendlich nicht viel – außer den Illusionen, die sie mit ihrer Rolle verband. Die dabei gemachten Erfahrungen können ihr im Nachhinein durchaus als lohnend erscheinen – zumindest etliche davon. Das Entscheidende jedoch ist, dass größeres Leid vermieden wird und sie schließlich wieder als freier Mensch dasteht. Sie ist dann nicht weiter das Opfer der Umstände, hat vielmehr selbst die entscheidenden Schritte getan und damit die weitere Gestaltung ihres Lebens selbst übernommen. Sie ist daran gereift, hat seelische Stärke entwickelt.

Es ist eher selten, dass nach einer solchen Geschichte die Freundin dem Mann nachtrauert. Eher trauert er ihr nach - bis er sich mit einer anderen tröstet.

Diese Alternative ist jedoch eher selten. Häufiger versucht die Freundin aufgrund von Angst und Unsicherheit gar nicht ernsthaft, die Wahrheit über die Beziehung zu erfahren. Da sie sich nicht von dem geliebten Mann

freimachen will und auch nicht die nötige Kraft dazu besitzt, klammert sie sich an ihre Illusionen, bis diese zerplatzen. Es gibt Frauen, die das Jahrzehnte lang aushalten...