

Krisen in der Partnerschaft: Bewährungsproben und Orientierung

Bevor ich in konkreter Weise auf Krisen in der P. eingehe, möchte ich *in allgemeiner Form* über das sprechen, was es mit Krisen *im Leben* auf sich hat. Damit möchte ich dazu beitragen, dass sich unser übliches Verständnis von Krisen in positiver Richtung verändern kann. Üblicherweise erscheinen uns Krisen nämlich als etwas Negatives, Unangenehmes, in das man möglichst nicht hineingeraten möchte. Mit Krisen verhält es sich jedoch ähnlich wie mit Konflikten und Verletzungen – sie lassen sich vielfach auch bei bestem Willen und Bemühen nicht vermeiden, *denn* sie gehören zum Leben, zum persönlichen Wachstum *unabdingbar* dazu. Wir stoßen dabei an Grenzen und können diese, indem wir uns damit konstruktiv auseinandersetzen, überwinden und in Aktionsbereiche und Erfahrungen gelangen, die uns davor noch nicht zugänglich waren. Dadurch können wir reifen und weiser werden. Je mehr wir dies in unserem Leben erleben konnten, umso mehr kann es uns gelingen, dem Lauf des Lebens zu vertrauen und aufgrund dessen demjenigen, was auf uns zu kommen kann und wird, mit größerer Gelassenheit zu begegnen. Meine Darstellung hat mithin den Sinn, zur Entwicklung eines Bewusstseins beizutragen, das helfen kann, angesichts von Krisen mit weniger Angst- und Verzweiflungsgefühlen zu reagieren.

Bei der Betrachtung von Lebensprozessen ist es üblich, Phasen zu unterscheiden, so etwa bei Pflanzen:

1. die Wachstumsphase
2. die Phase des Blühens und Fruchtbringens und
3. die Phase des Verwelkens und Absterbens.

Ein bekanntes Tier kennen wir in drei verschiedenen Erscheinungsformen, die man ebenfalls als Phasen bezeichnen kann: Als Puppe oder Larve, als Raupe und als Schmetterling.

Auch das menschliche Leben wird häufig in Phasen eingeteilt:

1. das Kindes- und Jugendalter, das wiederum unterteilt wird in

- a) die Kleinkindphase,
- b) die Phase der Schulkind-Zeit und
- c) die Pubertätsphase. Diese wird häufig im Alter von 18 Jahren als beendet angesehen und Kinder und Jugendliche gehen dann mit Gleichaltrigen Freundschaften und Kameradschaften ein. Das sind Begriffe für die dort üblichen Partnerbeziehungen.

Häufig bezeichnet man die Pubertät als eine besonders schwierige oder krisenhafte Zeit, denn sie markiert ein Übergangsstadium, einen Übergang vom Kindes- und Jugendalter zum Erwachsenenalter. Mit diesem Übergang beginnt eine neue Phasenfolge.

2. Das Erwachsenenalter wird eingeteilt in

- a) die sog. Orientierungsphase, die die Suche nach einem möglichen Beruf, die Berufsausbildung sowie die ersten ernsthafteren Bemühungen der Suche nach einem Lebenspartner umfassen, wobei Erfahrungen in der Liebe mit Gleichaltrigen gemacht werden. Darauf folgt dann
- b) die Phase der Berufsausübung und der Mitwirkung und Mitgestaltung am und im öffentlichen Leben und sog. fester Partnerschaften, die zu eigener Elternschaft führen können und auch in die Form einer Ehe. In dieser Phase steht man in der sog. Mitte des Lebens und etabliert eigene Lebensformen. Danach erfolgt
- c) die Rückzugsphase, wenn die eigenen Kinder selbständig geworden sind und wir uns aus unseren Elternverpflichtungen ihnen gegenüber zurückziehen können. Im Berufsleben führt man Nachfolger in die bisherige eigene Position ein, um daraus selbst auszuschneiden und danach etwas anderes zu tun - man wechselt in eine andere Position oder verlässt den bisherigen Beruf. Ähnliches kann auch in einer Partnerschaft sein - der Partner hat nicht mehr die gleiche Bedeutung, die er früher hatte: Die Aufgaben, die man bisher gemeinsam zu bewältigen hatte, erscheinen weitgehend als abgeschlossen, was auch damit einhergehen kann, dass ein Partnerwechsel eintritt.

Die Rückzugsphase markiert zugleich den Übergang zum Eintritt in die sog. Seniorenphase, die man auch als Lebensabend oder Feierabend des Lebens bezeichnet - in gewisser Analogie zum Sonnabend, dem Ende der Woche. Danach beginnt ein neuer Phasenabschnitt in unserem Leben. Auch die beschriebene Rückzugsphase wird häufig als Krisenzeit erlebt.

3. Im Seniorenalter sind wir frei von den alten Verpflichtungen und können uns deshalb mehr Zeit für uns selbst nehmen. Viele Menschen nützen dann ihre Zeit und ihre gemachten Erfahrungen auch dazu, selbstlos andere Menschen zu unterstützen und einen Rückblick auf den Ablauf ihres Lebens vorzunehmen, wobei sie sich der Aufarbeitung ihrer Vergangenheit zuwenden, um dann bewusst ihre Lebenszeit abzuschließen und sich auf ihren Tod vorzubereiten.

Auch das Seniorenalter lässt sich in drei Phasen einteilen, in

- a) die Eintrittsphase, wo man sich in den neuen Lebensabschnitt einlebt und sich mit dem Ende der bisherigen Berufstätigkeit auseinandersetzt,
- b) diejenige Phase, in der man das Seniorenalter genießt und in
- c) die Abschlussphase, wo die eigenen Kräfte immer mehr nachlassen.

Wenn wir die drei Hauptabschnitte des Lebens genauer betrachten, so zeigt sich folgendes:

Die *Eingangsphasen* sind oft von viel innerer Energie und Kraft, Euphorie und Optimismus sowie Illusionen geprägt,
die *Mittelphasen* von der Konfrontation mit der Wirklichkeit, der unausweichlichen Realität, mit praktischen Erfolgen und Misserfolgen, von Arbeit, Belastung und Ernüchterung - man muss hier seinen Mann oder seine Frau stehen, Prüfungen und

Bewährungsproben absolvieren. Dabei gelangt man zu einem realistischen Bild von sich selbst, davon, wer man selbst ist.

Die *Abschluss- oder Übergangsphasen* sind geprägt von der Notwendigkeit, das Bisherige, Alte loszulassen, sich davon zu trennen und zu verabschieden und sich auf kommendes Neues einzustellen. Übergangsphasen markieren Wendepunkte: Wir erfahren sie als *Krisen*. In einer solchen Krise fühlen wir uns in dem, wo und wie wir sind, zunehmend unwohl und unsicher. Unsere Kraft und Lust, sich mit dem Bisherigen weiter abzugeben, schwindet dahin. Wir geraten in ein Gefühl einer Orientierungslosigkeit, denn unsere bisherigen Lebensformen und Gewissheiten, unsere Vorstellungen und Gewohnheiten tragen uns nicht mehr und müssen zugunsten von etwas Neuem, uns noch Unbekanntem, aufgegeben werden.

Wenn wir uns selbst nicht verändern, wachsen wir nicht. Falls wir nicht wachsen, leben wir nicht wirklich. Und Wachstum erfordert ein zeitweiliges Aufgeben dessen, was uns als sicher erschienen ist.

Wenn wir in einer dieser Phasen stecken, sind wir üblicherweise verhaltens- und gefühlsmäßig darin gefangen, auch oft geistig - und ganz mit dem Gegenwärtigen und dem uns unmittelbar Bevorstehenden beschäftigt.

Wir sind voll von

- Euphorie,

- von Routine oder

- von Verunsicherung, Angst, Orientierungslosigkeit,

d.h. in jeder dieser Phasen erleben wir unterschiedliche Formen von jeweils viel Stress und Beanspruchung - wobei wir diesen Stress subjektiv als positiv und angenehm oder als belastend und unangenehm erleben.

Wenn wir voll und ganz in einer dieser Phasen stecken, *ohne über sie hinaus zu blicken und diese Phase in den Gesamtzusammenhang des Lebensablaufes einzuordnen*, so ist unser Erleben von Subjektivität geprägt, von innerer Gefangenheit:

Die Bedingungen, in denen wir uns befinden, erscheinen uns als übermächtig, wodurch unser Bewusstsein eingeschränkt und begrenzt wird auf unsere unmittelbare Gegenwart und kurz bevorstehende Zukunft. Je stärker unsere Konzentration hierauf und die damit einhergehende Einschränkung unseres Bewusstseins ausfällt, umso größer und wichtiger erscheinen uns die jeweils anstehenden Aufgaben und Probleme und die Notwendigkeit, diese gut und erfolgreich zu bewältigen.

Dem entsprechend nehmen uns eintretende Misserfolge und Enttäuschungen umso mehr mit, was im Extremfall dazu führen kann, dass wir uns als völlig überfordert erleben oder als Versager - und am Sinn unseres weiteren Lebens oder an unserer Fähigkeit zweifeln, mit dem weiterhin auf uns Zukommenden noch zurechtzukommen zu können, was uns vielleicht sogar lebensmüde werden lassen kann.

So kann es eine große Erleichterung mit sich bringen, wenn wir stets den Gesamtzusammenhang des Lebens im Blick behalten, weil uns dies einen Überblick, eine Metaebene eröffnet, die uns wie eine Brücke helfen kann, von der Seite des Lebens,

von dem Ufer, wo wir bislang gelebt haben hinüberzugehen zur anderen Seite, dem neuen Zeitabschnitt.

Einen solchen Überblick ermöglichen uns Wachstumslehren, wie z.B. die Karma-
lehre. Diese handelt von objektiven Gesetzmäßigkeiten, die sich - ebenso wie
mathematische und physikalische Formeln - nur mit geistigen Mitteln erkennen und
verstehen lassen, nämlich, wenn wir unter Zuhilfenahme unseres logischen Denk-
vermögens von den konkreten Erscheinungsformen, die die Erfahrungen in unserem
subjektiven Erleben annehmen, abstrahieren, um die ihnen übergeordneten
allgemeinen Zusammenhänge zu erfassen.

Vom Ansatz der Karmalehre aus betrachtet erscheinen alle unsere Erfahrungen als
geprägt von dem Kausalgesetz, dem Gesetz von Ursache und Wirkung: Alles, was
ist, hat eine Ursache und ist geprägt von dieser Ursache, und jedes Ergebnis ist eine
Wirkung dieser Ursache. Und jede Wirkung, jedes Ergebnis bildet zugleich wiederum
die Ursache für nachfolgende Wirkungen.

Entsprechend diesem Ursache-Wirkungs-Gesetz stellt jede Phase unseres Lebens
jeweils eine natürliche Folge und Fortsetzung der vorangegangenen Phasen dar und
bedeutet stets einen Aufstieg, eine Weiterentwicklung.

Von diesem Ansatz aus betrachtet erscheint nichts als wirklich negativ zu beurteilen-
der Verfall, und so können wir uns aufgrund der Kenntnis dieser geistigen Gesetz-
mäßigkeiten vor vielen subjektiven Irrtümern und Illusionen und auch aus dem
daraus ergebenden Leiden befreien. Aufgrund dieser Betrachtungsweise, aufgrund
der objektiven Sicht, bringt alles, was ich erlebe, mich weiter.

Wir befinden uns gegenwärtig in einer Zeit, in der es darum geht, dieses Bewusstsein
allgemein zu entwickeln und zu nutzen. Es ermöglicht es uns, immer wieder die
Polarität zu überwinden, die darin besteht, unsere Erfahrungen auf der Grundlage
unserer subjektiven Gefühle als angenehm und unangenehm zu bewerten und
aufgrund dieser Bewertungen Ursachen zu setzen, die für unsere praktische
Lebensgestaltung nicht immer hilfreich sind.

Der notwendige Abschied und die Trennung von Altem erscheint dann nicht primär
als negativ, als etwas möglichst zu Vermeidendes, sondern als Tür zu Neuem, als
Ausdruck von Wachstumsschmerzen, als Grund zu einem Aufbruch in das Neue, als
Grund zur Freude. Aufgrund dessen kann uns die Bewältigung von Abschieds- und
Trennungssituationen sehr viel leichter fallen.

Was uns in der subjektiven Wahrnehmung als "Krise" erscheint, dient objektiv
gesehen unserer Transformation, unserer Umwandlung im Rahmen des
Wachstumsprozesses, was im Übergang von der Larve zur Raupe und zum
Schmetterling besonders deutlich und anschaulich wird.

Was viele Menschen daran hindert, sich mit der Karmalehre anzufreunden, das ist
unsere Erfahrung der Vergänglichkeit allen beobachtbaren Lebens - die Todes-
erfahrung. Doch, betrachten wir, was aus der Pflanze wird, die im Herbst verwelkt -
der obere, sichtbare Teil stirbt ab, die Wurzeln bleiben im Verborgenen lebendig und

scheinen zu schlafen, bis sie im nächsten Frühling wieder zu neuem sichtbarem
Leben erwachen und sprießen.

So ist es auch mit jedem Tag in unserem Leben: Morgens wachen wir mehr oder
weniger erfrischt vom Schlaf wieder auf. Wir gestalten unseren Tag, und am Abend,
müde, ruht sich der Körper von den Strapazen aus. Der Schlaf wird oft von Dichtern
als Bruder des Todes bezeichnet.

So geht die Reinkarnationstheorie davon aus, dass unsere Seele unsterblich ist und
sich für ein Leben in einem Körper inkarniert, damit bestimmte Erfahrungen gemacht
werden können - und dass mit dem, was wir unseren Tod nennen, nur der sichtbare
Körper stirbt, die Seele aber weiterlebt und nach einer Erholungsphase sich wieder
verkörpert.

So betrachtet, dienen alle Erfahrungen unserer Weiterentwicklung: Dem, was wir an
einem Tag oder in einem Leben an Problemen und Schwierigkeiten nicht
angemessen bewältigt haben, können wir uns am nächsten Tag, im nächsten Leben
zuwenden - bis wir gelernt haben, alle unsere Probleme angemessen zu lösen, d. h.
immer mehr zur Vollkommenheit zu gelangen.

Bei dem, was wir gemeinhin "Krisen" nennen, handelt es sich um Problem-
situationen, in denen wir mit unserer - noch vorläufigen - Unfähigkeit konfrontiert
werden, eine angemessene Lösung zu finden. Haben wir diese Lösung, und wenden
wir unsere erworbene Problemlösungsfähigkeit - unsere Intelligenz und Kreativität -
unbeirrbar immer wieder an, so kommen wir mit den neu auftretenden Problemen
immer leichter zurecht.

Bei Krisen geht es darum, dass wir durch sie akzeptierend und vertrauensvoll
hindurchgehen, nicht darum, dass wir sie verhindern wollen, indem wir am Alten,
Überlebten festhalten oder an den Schmerzen verzweifeln.

Bei "Bewährungsproben" geht es darum, wie wir mit Krisen umgehen:
Packen wir die anstehenden Probleme und Aufgaben entschlossen an
oder verzweifeln wir, geben wir auf, oder machen wir andere für unsere
Schwierigkeiten verantwortlich, oder weichen wir der *angemessenen* Beschäftigung
mit der Aufgabe aus, indem wir die Zuständigkeit für die Lösung einseitig anderen
übertragen?

Die Karmalehre bietet uns eine Grundlage, die uns hilft, selbst mit den Problemen
und Schwierigkeiten unseres Lebens besser zurechtzukommen.

Ich möchte mit Ihnen zusammen nun auf dem Hintergrund der Karmalehre die
Entwicklung betrachten, die Transformationen, die wir im Rahmen unserer
Partnerschaftsbeziehungen durchmachen können:

Dazu stelle ich einige Partnerschafts-Beziehungskonstellationen vor.

1. Die Spiel-Partnerschaft
2. Die Problembewältigungs-Partnerschaft
3. Die Arbeits-Partnerschaft

4. Die Arbeitskollegen-Partnerschaft
5. Die Schicksals-Partnerschaft und
6. Die Liebes-Partnerschaft

Außerdem möchte ich hier jetzt noch eine weitere Beziehungskonstellation erwähnen, nämlich die *Bedürfnisbefriedigungs-Partnerschaft*. Diese hat einen besonderen Charakter, und auf diese werde ich heute noch nicht näher eingehen, sondern erst im nächsten Vortrag, in dem ich über die bewusste Beendigung der Partnerschaft: Trennung und Abschied, sprechen werde.

Danach ergibt sich der Eindruck, dass diese Konstellationen - zusammengenommen - eine Entwicklungs- und Reifungslinie beschreiben, allerdings nicht unbedingt in der hier vorgestellten Reihenfolge, und sieht man diese Konstellationen auf der Hintergrund der Entwicklungslinie, so kann man jede der Konstellationen als eine Phase im Rahmen des Gesamtprozesses der Entwicklung zur Partnerschaftsreife ansehen, wobei jede Konstellation mit einer Krise endet: dem tatsächlichen objektiven Ende der jeweiligen Beziehungskonstellation. Dieses Ende kann sich zeigen entweder in der praktischen Trennung vom Partner oder aber - wenn wir mit unserem Partner zusammenzubleiben wollen - in einem Transformationsstadium, das gemeinsam durchgestanden und bewältigt werden muss, wobei sich die Beziehung so verändert, dass sie danach in die Form einer anderen Konstellation übergeht und in dieser Form dann miteinander weitergelebt werden kann, bis diese in das dazugehörige Krisenstadium gerät.

Jede Konstellation stellt für sich genommen einen Beziehungstyp dar, d.h. eine Form des Miteinanders, die es in dieser Reinform in der Realität nicht unbedingt zu geben braucht.

Typen sind Abstraktionen von unseren konkreten subjektiven Realitätserfahrungen. Die Betrachtung von Typen erleichtert es uns, wichtige Zusammenhänge zu klären und zu verstehen, d.h. zu klaren Gedanken zu gelangen, die uns bei der Problembewältigung helfen können.

Natürlich gibt es auch Mischungen der Konstellationen, was unsere Probleme damit verschärfen kann. Im Leben eines jeden Menschen können diese Konstellationen in unterschiedlicher Stärke, Dauer und Reihenfolge eintreten; wobei sich die konkrete Form des Auftretens - entsprechend der Karmalehre - aus unseren früheren Leben ergibt.

In allen Konstellationen können die jeweils Beteiligten von der sie verbindenden "Liebe" zueinander sprechen - wobei deutlich wird, dass unter "Liebe" im Rahmen der verschiedenen Konstellationen immer wieder etwas anderes gemeint sein kann.

1. Die Spiel-Partnerschaft

Die Spielpartnerschaft bildet das Grundmuster für alle freiwillig eingegangenen Freundschaften, Kameradschaften, Partnerschaften und Liebesbeziehungen sowie das Grundmuster für den Ablauf und für die Überwindung von Beziehungskrisen.

Die Spielpartnerschaft von Sabine und Simon entsteht beim gemeinsamen Spielen, z.B. beim Tennis- oder Kartenspielen. Sie treffen sich mit einer gewissen Regelmäßigkeit, um gemeinsam etwas zu tun, wofür sich beide interessieren.

Ihre Liebe bezieht sich, zumindest zunächst, in erster Linie auf das, was sie miteinander tun. Dies muss nicht unbedingt eine Spiel-Aktivität im engeren Sinne sein; es kann sich dabei auch um eine Sportart, um ein gemeinsames Interesse an einem Thema, um den - zufälligerweise - gemeinsamen Besuch eines Kurses oder um sonst etwas handeln, das sie gerne miteinander tun. Auch Urlaubsbekannt-schaften, mit denen man am Urlaubsort allerlei unternimmt, haben oft den Charakter einer Spielpartnerschaft.

Was eine Spielpartnerschaft im Kern ausmacht, das ist das gemeinsame Bedürfnis, sich einer bestimmten Aktivität, X, zu widmen, und hierauf ist die Partnerschaft in der Regel auch begrenzt.

Soweit beide X lieben, beschäftigen sie sich zusammen mit X. Das gemeinsame Bedürfnis an dieser Aktivität verbindet Sabine und Simon in ähnlicher Weise miteinander wie zwei Kinder ein sie gemeinsam begeisterndes Spiel(zeug).

Am Anfang ist die Freude darüber, jemanden gefunden zu haben, der ebenfalls X liebt, umso größer, je größer meine Liebe zu X ist. Und meine Freude ist eine besondere, wenn ich mich bis dahin mit meiner Liebe zu X allein sah. Denn Liebe möchten wir gern mit anderen teilen.

In der Mittelphase beschäftigen wir uns mit X und miteinander in immer sachlicherer Form. Wenn Simons Liebe zu X nachlässt oder aufhört, etwa weil er sich nun stärker für etwas anderes, Y, zu interessieren beginnt, so kann seine Spielpartnerschaft mit Sabine zuende gehen, falls sie an ihrer Liebe zu X festhalten und sich nicht, wie Simon, auch Y zuwenden will. Unsere Spiel-Partnerschaft währt nur so lange, wie wir beide den gleichen Weg oder das gleiche Ziel verfolgen wollen.

Simon und Sabine können also wegen einer aufgetretenen Unvereinbarkeit auseinander gehen und sich neue, passende Spielpartner suchen.

Wenn einer (oder beide) es jedoch *nicht* als selbstverständlich betrachten, dass sich ihre Wege deswegen trennen sollen, so geraten sie in eine Krise miteinander. Vielleicht hat sich im Laufe der Zeit Simon in Sabine verliebt, oder das Y, dem er sich zuwenden will, ist ein erotisch-sexueller Kontakt mit ihr. Deswegen stehen sie vor der Frage, ob diesbezüglich eine Gemeinsamkeit besteht oder herstellbar ist.

Möglicherweise erkennen sie nun, dass ihnen ihre Liebe zu X oder Y weniger wichtig ist als ihre Beziehung zueinander und ihr Kontakt miteinander, da sie sich inzwischen lieb gewonnen haben. Dann können sie eine neue Basis für ihr Miteinander suchen und finden, eine Basis, die mit dem, was sie einmal zusammengeführt hat, nichts mehr zu tun zu haben braucht.

Im Anschluss an eine Spiel-Partnerschaft kann sich jede andere Partnerschafts-konstellation entwickeln.

2. Die Problembewältigungs-Partnerschaft

Petra hat ein Problem oder ein Defizit, das sie alleine nicht zu bewältigen vermag. Vielleicht benötigt sie jemanden, der sie mit handwerklichen Fähigkeiten unterstützt, der ihr Gesellschaft leistet, um in ihrer Freizeit nicht allein zu sein oder der ihr aus schwierigen Lebensumständen heraushilft. - Möglicherweise geht es ihr so ähnlich wie der Prinzessin in den Froschkönig-Geschichte. Nun begegnet sie Paul, der bereit und fähig ist, sie bei der Problembewältigung zu unterstützen.

Der wohl wichtigste Beispiel-Fall einer Problembewältigungs-Partnerschaft ist folgender: Da ich mich außerstande sehe, die Probleme allein zu bewältigen, die mir in meinem Leben begegnen können, suche ich einen Lebenspartner, der mir dabei immer und überall treu zur Seite steht, *der mich ergänzt*.

Sobald das Problem oder Defizit mir behoben erscheint, brauche ich diesen Partner nicht mehr, und wir können - oder sollten - uns dann voneinander trennen.

Typisch für Problembewältigungs-Partnerschaften ist, dass eine Problembewältigungs- Aufgabe zwei Menschen zusammenführt, - dass diesen beiden aber die zu bewältigenden Probleme *als solche* ohne fremde Hilfe nicht hinreichend *gefühlsmäßig und gedanklich* klar werden, weshalb sie in Problemen lange, oft zu lange, gefangen und verstrickt aneinander gebunden bleiben, ohne sich voneinander lösen zu können.

1. Zur Krise kann es z.B. dann kommen, wenn die Trennung *erschwert wird* dadurch, dass Paul - im Zusammenhang mit seiner Unterstützungsarbeit - Petra gegenüber (wie der Frosch gegenüber der Königstochter zu Beginn des Märchens) Lohn-Erwartungen entwickelt hat, denen sie noch nicht gerecht geworden ist.

Bevor es zu einer einvernehmlichen Trennung kommen kann, muss Petra dann ihre "Schulden" gegenüber Paul beglichen haben. Hier können Konflikte auftreten, wenn Petra Pauls Erwartungen aus irgendwelchen Gründen nicht erfüllen kann oder will, Petra ihm also etwas schuldig bleibt.

Die Ursache für solche Konflikte liegt in der Regel darin, dass die Beziehung zwischen der Unterstützungs-Leistung und der dafür erwarteten Gegenleistung aus irgendwelchen Gründen nicht offen und eindeutig - etwa vertraglich - geklärt und festgelegt worden ist. Wurde - oder wird nun nachträglich - eine eindeutige und beiden Seiten gerecht werdende Klärung vorgenommen, so besteht nun zwischen beiden eigentlich keine *Problembewältigungs-Partnerschaft* mehr, sondern die Konstellation einer *Arbeits-Partnerschaft*. Falls Paul Petra *selbstlos* - ohne etwas dafür von ihr zu erwarten - unterstützt hat, so hat er ihr einen Liebesdienst erwiesen - wie es für eine *Liebes-Partnerschaft* typisch ist. - Hier wird deutlich, wie eine Partnerschafts-Konstellation leicht in eine andere Konstellation übergehen oder *mit dieser vermischt sein* kann.

2. Wenn *Spielpartner* nach ihrer Krise weiter zusammenbleiben, so liegt der Grund häufig darin, dass sie erkennen, dass ein Defizit, ein Verlust, auftritt, falls sie sich voneinander trennen. Deshalb gehen *Spielpartnerschaften* häufig in *Problembewältigungs-Partnerschaften* über, wobei aber oft beiden (auch bei längerem inständigem

Bemühen) nicht klar und deutlich wird, worin *genau* das Defizit besteht bzw. *ob und wie* sie sich gegenseitig *tatsächlich* dabei helfen können, das Defizit zu beheben. Dann können sie sich angesichts der Ungeklärtheiten unsicher - ver(w)irrt - gegenüberstehen und nicht voneinander loskommen.

In Gefühlen der Hilflosigkeit können wir eng miteinander verbunden sein und wie Hänsel und Gretel gemeinsam durch den dunklen Wald irren: Keiner von uns beiden kennt den Ausweg, aber es erscheint uns besser, zu Zweit zu sein als allein.

Solange wir uns unsere Unklarheit und Hilflosigkeit eingestehen und nicht vorschnell Nägel mit Köpfen machen wollen (also die Ungeklärtheiten unter den Tisch wischen, um klare formale Verhältnisse ohne solide Basis herzustellen), kann die Beziehung zwischen uns gut bleiben. Es wird problematisch, wenn ein tatsächlich Hilfloser sich einbildet, allein die Führung übernehmen zu können oder zu sollen oder zwei Hilflose sich über den Weg zu streiten beginnen.

3. Wir geraten auch dann in eine Krise, wenn das zu bewältigende Problem unbewältigt bleibt, weil der Helfer *nicht tatsächlich* die dazu erforderliche Kompetenz besitzt, wenn also das in ihn gesetzte Vertrauen enttäuscht wird. Dieser Fall tritt häufig auf, denn die Behebung eines Defizits einer Person lässt sich grundsätzlich nur dadurch erreichen, dass diese Person ihr Defizit als eigene Hilflosigkeit erkennt und deshalb die Bereitschaft entwickelt, dazuzulernen und sich selbst zu verändern. Petra müsste also pädagogische oder psychotherapeutische Unterstützung bekommen, von Paul oder Experten.

Es reicht nicht, wenn Paul sie entlastet, indem er ständig diejenigen Aufgaben übernimmt oder praktisch löst, mit denen sie alleine nicht zurechtkommt. Denn dadurch ergibt sich keine Vervollkommnung bei Petra, sondern eine persönliche Abhängigkeit von Petra Paul gegenüber, die derjenigen Abhängigkeit entspricht, die bereits schon zwischen ihr und ihren Eltern in ihrer Kindheit bestand. Einer solchen Art von Abhängigkeit begegnen wir wieder bei der Konstellation der Schicksals-Partnerschaft.

Problembewältigungs-Partnerschaften haben häufig einen karmischen Bezug, nämlich dann, wenn unsere Seelen zusammenkommen, weil sie sich aus einem früheren Leben schon kennen und wir noch etwas miteinander aufzuarbeiten haben. Die ideale Form der Aufarbeitung scheint zwischen uns wohl nur in einer Liebes-Partnerschaft möglich zu sein. Solange die Aufarbeitung nicht gelungen ist, treten diverse Schwierigkeiten auf, die uns davon abhalten, uns einvernehmlich voneinander zu trennen bzw. unsere Problembewältigungs-Partnerschaft in eine andere Partnerschaftsform zu überführen.

3. Die Arbeits-Partnerschaft

Bestimmend für das Zustandekommen der Konstellation einer Arbeitspartnerschaft ist, dass eine Person, etwa ein Arbeitgeber, mehr oder weniger bewusst jemanden sucht, der bestimmten Kriterien entsprechen soll. Diese Kriterien werden im Berufsleben oft in Form einer Arbeitsplatzbeschreibung unter detaillierter Angabe der Aufgaben, Rechte und Pflichten der zu suchenden Mitarbeiter und der dazu erwünschten Eignungsmerkmale, also Eigenarten und Fähigkeiten, ausdrücklich

definiert. Man wünscht sich also einen Mann oder eine Frau, der oder die gut zu den eigenen Erwartungen und in die eigenen Gegebenheiten hinein passt.

Während Spielpartnerschaften in der Regel im Privat- und Freizeitleben entstehen, so entwickeln sich Arbeitspartnerschaften natürlich besonders häufig im Berufsleben. So begegnen sich z.B. der Arzt Andreas und die Arzthelferin oder Krankenschwester Anna täglich an ihrem Arbeitsplatz. An diesen führt beide ein gemeinsames Interesse, vergleichbar dem, was Spielpartner zusammen bringt. In diesem Fall ist X ihr Interesse am Gelderwerb und an der Arbeit mit Patienten. Ähnliches kann sich auch in anderen Berufsbereichen ergeben, etwa zwischen einem Chef und seiner Sekretärin.

Beide können nun feststellen, dass sie *dort* gut zusammenarbeiten können, dass sie sich hierbei gegenseitig gut ergänzen. Wenn sie sich nun auch noch persönlich sympathisch sind, können sie sich ineinander verlieben und zu dem Eindruck gelangen, auch als Lebenspartner gut zueinander zu passen.

Jedoch überträgt sich gutes gemeinsames Funktionieren am Arbeitsplatz nicht automatisch auf das Privatleben: Denn, was *dort* aufgrund der definierten Arbeitsgegebenheiten passt, das braucht nicht auch aufgrund der *insgesamt gegebenen* Persönlichkeitseigenschaften *hier* zu passen. Es ist zu erwarten, dass Andreas und Anna in Ent-Täuschungen und Krisen miteinander geraten, wenn sie zur Lebensgemeinschaft übergehen. Denn im Berufsalltag können wir nur sehr eingeschränkt zeigen, wie wir als Menschen wirklich beschaffen sind. Im Berufsleben passen wir uns den gegebenen Anforderungen während der Arbeitszeit bewusst bestmöglich an, und das, was davon zu uns persönlich nicht wirklich passt, kommt unweigerlich in unserem Privatleben zu Tage. Im Privatleben und in unserer Lebenspartnerschaft wollen wir in besonderer Weise spontan wir selbst sein können und deshalb nicht den Erwartungen anderer und bestimmten vordefinierten Kriterien entsprechen müssen.

Aus dem Gesagten kann außerdem deutlich werden, dass es grundsätzlich problematisch ist, sich sehr konkrete gedankliche und bildhafte Vorstellungen davon zu entwickeln, wie der eigene Lebenspartner beschaffen man sollte und sich auf Grund dessen auf die bewusste Suche nach einem dazu passenden menschlichen Exemplar zu begeben. Wenn wir dies tun, verhalten wir uns faktisch wie ein Arbeitgeber, der geeignete Bewerber sucht, einstellt und gegebenenfalls feuert: Irgendwann begegnet mir Angelika. Sogleich checke ich bewusst und unbewusst ab, ob sie eine Frau sein könnte, die den Kriterien entspricht, die ich mir zurechtgelegt habe. Wenn Angelika nun nicht meinen Vorstellungen gerecht wird, beachte ich sie nicht weiter und suche eine andere. Scheint mir Angelika geeignet, so versuche ich mit ihr eine Partnerschaft herzustellen, die so lange bestehen bleiben kann, bis ich erkenne, dass ich mich nun doch in einem oder mehreren wichtigen Punkten bei ihr geirrt habe. - Hier wird klar: In dieser Konstellation bin ich insofern von vorneherein der Überlegene, als ich Angelika jederzeit aus der Partnerschaft entlassen und gegen eine andere Frau austauschen könnte.

Eine auf Grund vorgefasster Kriterien vorgenommene Partnersuche muss stets zu Krisen führen, da die Basis einer solchen Partnerschaft auf Sand gebaut ist - nämlich auf gedanklichen, stets durch die jeweilige Begrenztheit unseres Verstandes

geprägten - Vorstellungen und Planungen sowie konkreten Erwartungen an mögliche Partner. Unsere verstandesmäßig entwickelten Erwartungen, Vorstellungen und Planungen haben immer etwas Starres an sich - wir stellen uns damit unsere Zukunft in einer bestimmten Form vor, in die sich natürliche Lebensabläufe - insbesondere aber die Liebe - nicht bringen lassen.

Was wir also hier als Krise erleben, das ist die Notwendigkeit, unsere Erwartungen und sonstigen Verstandesinhalte der jeweiligen konkreten Realität anzupassen, was wir dann subjektiv als Enttäuschung, als Desillusionierung erleben. Wir täten gut daran, alle unsere partnerbezogenen Vorstellungen und Erwartungen gleich in den Papierkorb zu werfen, sobald wir bemerken, dass wir solche haben, denn dadurch öffnen wir unser Bewusstsein für das, was im jeweiligen realen Augenblick gerade "dran" ist.

Ich möchte nun noch ein wichtiges Beispiel von Arbeitspartnerschaft erwähnen, das auf den ersten Blick nicht als Arbeitspartnerschaft erscheint: Häufig schenken Frauen ihre Zuwendung und Liebe einem Mann, der ihnen äußerlich stark und selbstständig erscheint, vielleicht auch als recht erfolgreich in seinem Beruf, sich aber bei näherem Hinsehen nicht als erwachsene Persönlichkeit erweist, sondern als kindlich-hilfsbedürftiger Junge. Hierzu eignen sich insbesondere Frauen, die es als befriedigend erleben, sich in erster Linie um das Wohl ihres Mannes zu kümmern und ihn überall zu unterstützen, wo er sich dies von ihnen wünscht. Sie fühlen sich glücklich, wenn sie erleben, wie das, was sie für ihn tun, ihm in offensichtlicher Weise gut tut. Das bestätigt sie in ihrer Vorstellung, eine gute Partnerin für ihn zu sein. Faktisch besteht somit ihre Aktivität vor allem in der Übernahme von Arbeitsleistungen für ihn.

Eine derartige Arbeits-Partnerschaft gerät dann in Krisen, wenn der Mann die Arbeitsleistungen seiner Frau immer mehr als selbstverständlich betrachtet und sich folglich ihr gegenüber dafür immer weniger als dankbar und anerkennend zeigt, wenn er sich aus dem Partnerschaft- und Familienleben immer mehr zurückzieht und sich statt dessen vor allem seiner Arbeit und seinen Hobbys widmet, und vor allem dann, wenn sich die Frau auf Grund eigener Probleme und Unzufriedenheiten auf seine menschliche Unterstützung angewiesen fühlt und dann feststellen muss, dass er hier ausweicht und ihr diesbezüglich zu wenig zu bieten hat.

Hier kann ihr dann deutlich werden, dass die eingegangene Arbeitspartnerschaft allzu einseitig ist - sie gibt, er nimmt nur. Eingangs hatte sie festgestellt, dass sie anscheinend gut zu ihm passt, und deshalb geglaubt, mit ihrer Liebe bei ihm richtig zu sein, dabei jedoch versäumt, ebenso genau zu prüfen, ob *seine* Arbeitsbereitschaft und -leistungen dem gerecht werden können, was sie für sich und für ihre Zufriedenheit braucht.

Auch diese Form von Arbeits-Partnerschaft scheitert in der Regel. Die hohe Scheidungsrate in unserer Gesellschaft dürfte darauf beruhen, dass sehr viele Ehen unbewusst entsprechend dem Muster der Arbeits-Partnerschaft eingegangen werden. Der tiefere Sinn des gerichtlichen Scheidungsverfahrens ist, dafür zu sorgen, dass dem unterlegen und dadurch benachteiligt gewesenen, ausgenützten Partner Gerechtigkeit widerfährt. Zumindest auf der finanziellen Ebene soll er entschädigt werden, denn der überlegene Partner soll schließlich nicht noch materiellen Gewinn aus der Partnerschaft ziehen können.

4. Die Arbeitskollegen-Partnerschaft

Ein wichtiger, erster, Unterschied zwischen einer Arbeits-Partnerschaft und einer *Arbeitskollegen*-Partnerschaft. besteht darin, dass man hier innerlich relativ frei ist von irgendwelchen konkreten Vorstellungen und Kriterien, denen der Partner entsprechen sollte.

Ich lerne also einen Partner, mit dem sich eine Arbeitskollegen-Partnerschaft. ergibt, z.B. als Spielpartner oder als Kollegen im Beruf, zufällig kennen. Im Laufe der Zeit stellen wir fest, dass wir uns einander bei Aufgaben und Interessen, die wir zurzeit haben, ergänzen können. Aufgrund von Sympathie entwickelt sich dann auch ein persönliches Interesse aneinander, das in eine Liebesbeziehung und in den Wunsch nach einer gemeinsamen Lebenspartnerschaft übergeht.

Ein zweiter, wesentlicher Unterschied besteht darin, dass wir nicht nur eine private Lebenspartnerschaft miteinander wollen, sondern von vornherein außerdem eine Zusammenarbeit im Hinblick auf bestimmte Aufgaben oder Projekte als Arbeitskollegen.

Dies kann eine berufsbezogene Zusammenarbeit sein, etwa das gemeinsame Führen eines Geschäfts, oder / und *auch* eine eher private Zusammenarbeit, etwa die Gründung einer Familie oder, wenn wir keine eigenen Kinder haben oder bekommen können, z.B. die Übernahme einer verantwortungsvollen Tätigkeit zu Gunsten eines sozialen Anliegens.

Hier, in der Arbeitskollegen-Partnerschaft, kommt es vor allem dann zu Krisen, wenn konfliktträchtige Auseinandersetzungen über Arbeitsgegebenheiten und die hierzu zu erbringenden Leistungen unsere persönliche Beziehung zueinander beeinträchtigen oder wenn unsere persönlichen Interessen und Bedürfnisse in Konflikt mit der Zusammenarbeit geraten und so diese stören.

In einer solchen Partnerschaft bestehen deshalb vielfältige Möglichkeiten, miteinander Konfliktfähigkeit und Abgrenzung zu lernen und die eigene Identität zu entwickeln. Deshalb ist das erfolgreiche Führen einer Arbeitskollegen-Partnerschaft eine besonders anspruchsvolle Angelegenheit.

Unsere Partnerschaft wird die auftretenden Krisen nur dann relativ unbeschadet überstehen, wenn wir uns klar und eindeutig dafür entscheiden, im Zweifelsfall unserer persönlichen Beziehung zu einander vorübergehend die Priorität einzuräumen und dieser gegenüber unsere arbeitsbezogenen Anliegen zurückzustellen. Falls wir keine klaren Prioritäten setzen oder den Arbeitsinteressen allzu sehr den Vorrang einräumen, leidet unsere Beziehung und Liebe zueinander, wodurch ernste Gefahren für den Erhalt der Partnerschaft entstehen können, weil in jeder Kommunikation die inhaltliche Auseinandersetzung von der Qualität der gegebenen zwischenmenschlichen Beziehung abhängig ist.

Mit anderen Worten bedeutet dies: Verschlechtert sich unsere zwischenmenschliche Beziehung, weil wir *deren* Pflege vernachlässigen, so hat dies zwangsläufig zur Folge, dass unsere Auseinandersetzungen über die Arbeitszusammenhänge immer schwieriger werden können, was schließlich auch unser *dortiges* Scheitern nach sich ziehen kann.

Wäre sich ein Paar, das sich entscheidet, ein Kind oder mehrere zu bekommen, von vornherein der Tatsache bewusst, dass Vater und Mutter zu werden, es in die Konstellation einer Arbeitskollegen-Partnerschaft hineinkatapultiert, so könnte es leichter mit den Krisen zurechtkommen, die mit dem Elternwerden und Elternsein einhergehen.

Dazu zwei Gedanken:

1. Die Sorge der Mutter für das Kind und die dazu für die Mutter erforderliche Unterstützung durch ihren Partner gehen für beide Elternteile mit enormen Arbeitsanforderungen einher. Diese setzen, vergleichbar beruflichen Anforderungen, spezifische Fähigkeiten und Kenntnisse voraus, die nicht einfach als naturgegeben angenommen werden können, sondern rechtzeitig vorher in Ausbildungskursen erworben worden sein sollten.

2. Damit die Partnerschafts-Beziehung zwischen den Eltern angesichts dieser Arbeitsanforderungen nicht allzu sehr leidet, benötigen sie in regelmäßigen Abständen Zeiten, die sie miteinander ohne Beisein der Kinder als Paar allein verbringen können. Diese sollten sie einerseits nutzen, um ihr Miteinander seelisch zu genießen und sich von den Anstrengungen zu erholen, andererseits, um all das miteinander zu besprechen und zu regeln, wozu sie angesichts ihres Arbeitsstress in der vergangenen Zeit nicht gekommen sind. Nur so können sie dafür sorgen, dass das Fundament ihrer Beziehung nicht in gefährlicher Weise bröckelt, sondern erhalten und gestärkt werden kann.

5. Die Schicksals-Partnerschaft

Eltern befinden sich mit ihren Kindern stets in einer Schicksals-Beziehung: Sie sind in einer für sie unausweichlichen Weise zusammengekommen, leben seitdem zusammen und müssen irgendwie miteinander zurechtkommen, wobei dies auch recht schwierig sein kann. Kinder und ihre Eltern können sich nicht voneinander scheiden lassen, wohl aber mit dem Selbstständigerwerden der Kinder Wege der Ablösung finden, so dass sie schließlich voneinander unabhängig leben können.

Diese Merkmale einer Schicksals-Beziehung zeigen sich in analoger Weise in der Schicksals-Partnerschaft. Schicksalspartner haben oft den Eindruck, unversehens in die Beziehung miteinander hineingeraten zu sein: Plötzlich trafen sich beide und für sie war sofort ohne jede Frage klar: Wir gehören jetzt zusammen. Sogleich haben sie das Gefühl, in einer sehr tiefen Beziehung miteinander zu sein, mit viel Nähe zueinander, in der Regel *zu viel* Nähe, was dazu führt, dass beide Partner in voneinander stark abhängiger Weise aufeinander reagieren. Und daraus ergibt sich leicht eine Dynamik, die für beide Partner immer wieder schwer zu handhaben ist, die ihnen allzu leicht aus dem Ruder läuft. Wie es in einer Schicksals-Partnerschaft aussehen kann - dazu folgender Kurzbericht:

Schorsch war von der Polizei in der Psychiatrie abgeliefert worden. Er hatte seine Partnerin Shila wieder einmal zusammengeschlagen, woraufhin Nachbarn die Polizei gerufen hatten. Schorsch erzählt seine Geschichte, beginnend mit den Worten: „Ja, ich weiß nicht, wie es dazu kam, aber plötzlich war Shila da. Was hätte ich auch machen sollen, denn eine andere

Wohnung hatte sie damals nicht? Wo sonst hätte sie bleiben können? Und damit ging unser Drama los.“

Was erfahren wir weiter? Seine Partnerin Shila liebt ihn über alles und braucht den Kontakt zu ihm in einem Ausmaß und einer Weise wie ein Kleinkind seine Eltern oder wie ein Süchtiger seine Droge: Sie kann ohne ihn nicht leben. Deshalb kann er sich ihr gegenüber alles leisten - und tatsächlich ist es an der Tagesordnung, dass er bewusst und unbewusst dabei ständig zu Mitteln greift, die als menschenunwürdig gelten, bis hin zur möglichen physischen und seelischen Zerstörung. Sie lässt sich - zumindest bis jetzt - alles von ihm gefallen und erweist sich als unfähig, sich von ihm zu trennen. Aber auch er liebt sie über alles und misshandelt sie selbstverständlich nicht absichtlich oder vorsätzlich. Vielmehr gerät er in seine destruktiven Reaktionen immer wieder quasi reflexartig hinein, da er sich anders nicht zu helfen weiß.

Vernunft erscheint hier weitgehend machtlos, denn beide sind in einem Teufelskreis miteinander gefangen, der darin besteht, dass Shila ihn durch ihre Nähebedürfnisse und Unselbständigkeit in einer Weise unter Druck setzt, die Schorsch nicht aushalten kann, weshalb er in immer schärfere Formen der Abgrenzung ihr gegenüber verfällt. Dadurch versucht er – letztlich vergeblich - sich die für sein eigenes Leben notwendigen Freiräume zu verschaffen.

Eine Variante der Schicksals-Partnerschaft. können wir bei auf die sexuelle gegenseitige Triebbefriedigung ausgerichteten Beziehungen finden, wo das seelisch-gefühlsmäßige Erleben weniger berücksichtigt wird, etwa bei bestimmten Formen des Sado-Masochismus.

In derartigen Schicksals-Partnerschaften besteht die Aufgabe beider Partner darin, eine gesunde Eigenständigkeit und ein angemessenes Selbstwertgefühl zu entwickeln, um das Miteinander auf der Basis klarer Wertorientierungen gestalten zu können. Der entscheidende Schritt heraus aus der Krise und der gegenseitigen Gefangenheit ergibt sich dann, wenn einer der Partner zu der Erkenntnis kommt: Das, was zwischen uns beiden abläuft, das darf so nicht weiter gehen! Vielleicht kommt Shila zu dieser Einsicht oder Schorsch bemerkt, dass es vor allem sein - vermeintliches - Verantwortungsgefühl Shila gegenüber ist, das ihn daran hindert, sich von ihr zu lösen und zu trennen.

6. Die Liebes-Partnerschaft

In der Liebes-Partnerschaft weist jeder der Partner in unterschiedlichen Bereichen Überlegenheiten und Unterlegenheiten gegenüber dem jeweils anderen auf. Beide erscheinen als voneinander abhängig, weil jedem ohne den anderen etwas fehlt - die Ergänzung.

Bei der Liebes-Partnerschaft gibt es jedoch etwas, was weitgehend verhindert, dass es dabei immer wieder zu gefährlichen Entgleisungen - wie bei der Schicksals-Partnerschaft - kommt sowie zu schwer erträglichen Unklarheiten in der Beziehung, wie bei der Problembewältigungs-Partnerschaft und bei der Arbeits-Partnerschaft.

Was dies verhindert, das sind gegenseitiger Respekt und gegenseitige Wertschätzung, innere Achtsamkeit und Aufmerksamkeit gegenüber sich und dem

Partner, sowie ein gesundes Selbstbewusstsein, das es jedem von beiden gestattet,
zeitweise auch alleine gut zurechtzukommen und sich mit dem Partner bei Konflikten
fair und offen auseinander zu setzen - also echte Partnerschaftsreife.

Wenn ein Partner dem anderen etwas gibt, so tut er dies, ohne dafür eine Gegen-
leistung zu erwarten (was bei der Problembewältigungs-Partnerschaft unüblich ist),
also aus selbstloser Liebe. Jeder ist primär an der Gesamtpersönlichkeit des
Partners interessiert und innerlich ausgerichtet auf gemeinsames Wachstum.

Um zu verdeutlichen, was damit gemeint ist, zitiere ich einen Abschnitt aus dem, was
Khalil Gibran in seinem Buch „Der Prophet“ über die Ehe schreibt:

Ihr wurdet zusammen geboren, und ihr werdet auf immer zusammen sein.
Ihr werdet zusammen sein, wenn die weißen Flügel des Todes eure Tage scheiden.
ja, ihr werdet selbst im stummen Gedenken Gottes zusammen sein.
Aber lasst Raum zwischen euch.
Und lasst die Winde des Himmels zwischen euch tanzen.
Liebt einander, aber macht die Liebe nicht zur Fessel:
Lasst sie eher ein wogendes Meer zwischen den Ufern eurer Seelen sein.
Füllt einander den Becher, aber trinkt nicht aus einem Becher.
Gebt einander von eurem Brot, aber esst nicht vom selben Laib.
Singt und tanzt zusammen und seid fröhlich, aber lasst jeden von euch allein sein,
So wie die Saiten einer Laute allein sind und doch von derselben Musik erzittern.
Gebt eure Herzen, aber nicht in des anderen Obhut.
Denn nur die Hand des Lebens kann eure Herzen umfassen.
Und steht zusammen, doch nicht zu nah:
Denn die Säulen des Tempels stehen für sich,
Und die Eiche und die Zypresse wachsen nicht im Schatten der anderen.

Betrachten wir nun die möglichen **Übergänge** zwischen den einzelnen
Partnerschafts-Konstellationen:

Der Übergang von der Schicksals-Partnerschaft, die – freilich in einer gesünderen
Variante als in der obigen drastischen Beschreibung - stets zwischen jedem
Kleinkind und seinen Eltern besteht, hin zur Liebes-Partnerschaft ist die eigentliche
Aufgabe, vor der jeder Mensch in seinem Leben steht. Damit zeigt sich, dass die
übrigen Konstellationen auf dem Weg von der Schicksals-Partnerschaft zur Liebes-
Partnerschaft liegen. Die meisten Menschen bleiben irgendwo auf diesem Weg in
Krisen stecken.

Unser eigenes Leben beginnen wir nach dem - zunächst nur - räumlichen Verlassen
des Elternhauses - vergleichbar Hänsel und Gretel, die der Hexe begegnen, die als
Symbol für die extrem negativen gefühlsmäßig-seelischen Aspekte einer Schicksals-
Partnerschaft gelten kann.

Der erste notwendige Schritt ist die Befreiung aus der Gefangenschaft, speziell aus
der eigenen Elternbeziehung. Danach schlagen wir, entsprechend unserem
karmischen Weg, unterschiedliche Pfade ein.

Naheliegender ist dabei der folgende Verlauf:

- Aus der Schicksals-Gemeinschaft mit unseren Eltern gehen wir als mehr oder weniger gebrannte Kinder hervor, wodurch wir zu eigenen Zielvorstellungen gelangen, an denen wir unsere Lebensführung orientieren – wir machen damit Erfahrungen und entwickeln unsere Wünsche und Kriterien klarer und wissen dann genauer, was wir wollen und was zu uns passt, so, wie es für eine Arbeits-Partnerschaft typisch ist.
- Nach deren Scheitern können wir zu der Erkenntnis gelangen, dass wir persönliche Probleme und Defizite mit uns herumtragen, die uns eine Problembewältigungs-Partnerschaft eingehen lassen.
- Im Rahmen der Problembewältigungs-Zeit beschäftigen wir uns intensiv mit unterschiedlichen persönlichen Themen, wobei wir einen "Spiel-Partner" kennen lernen können, der sich gerade für ähnliche oder die gleichen Themen interessiert.
- Dadurch kann die Spiel-Partnerschaft in eine Arbeitskollegen-Partnerschaft übergehen, in der wir die Voraussetzungen erwerben, um schließlich eine Liebes-Partnerschaft eingehen zu können.

Zusammengefasst ergibt sich damit der folgende Verlauf:

1. Schicksals-Partnerschaft
2. Arbeits-Partnerschaft
3. Problembewältigungs-Partnerschaft
4. Spiel-Partnerschaft
5. Arbeitskollegen-Partnerschaft
6. Liebes-Partnerschaft

Jeder von uns befindet sich gegenwärtig in irgendeinem Stadium auf diesem Weg hin zur Liebes-Partnerschaft. Ich wollte heute Informationen anbieten, die uns helfen können, unseren gegenwärtigen Standpunkt auf diesem Weg näher zu erkennen - ebenso die Konstellation, in der wir gerade Bewährungsproben zu bestehen haben.

Der dargestellte Weg kann deutlich werden lassen, welche Aufgaben in Angriff zu nehmen sind, um möglichst leicht, schnell und schmerzlos erfolgreich weiter zu kommen und uns in Richtung auf die - für unsere Entwicklung günstigste nächste - Partnerschafts-Konstellation zu orientieren.

Bewusster Umgang mit unserem gegenwärtigen Partner kann uns vielfach erleichtern, zusammen mit diesem in die nächste Beziehungs-Konstellation überzugehen, ohne uns voneinander trennen zu müssen.

Falls wir uns dazu allein außerstande sehen, können wir professionelle Unterstützung in Anspruch nehmen.

Und falls uns auch diese nicht hilft, besteht die Möglichkeit, sich mit einem *anderen* Partner auf den weiteren Weg zu begeben.

Es besteht also - objektiv gesehen - kein wirklicher Grund für Mut- und Hilflosigkeit. Wir haben Grund zur Hoffnung, dass gezieltes und konsequentes eigenes Bemühen uns schließlich ans Ziel, zur Liebes-Partnerschaft, führt.

Ich habe in der heutigen Sitzung einen rein kopf- und verstandesbetonten, abstrakten Ansatz gewählt, da es sinnvoll ist, unser Verstandesbewusstsein nicht völlig auszuschalten, wenn es um Liebe und Partnerschaft geht. Das widerspricht nicht der Selbstverständlichkeit, dass zur Liebe auch das Gefühl gehört.

Beachten wir doch: Unsere Gefühle ergeben sich, zumindest teilweise, immer wieder aus unseren Gedanken, Vorstellungen, Erwartungen, Hoffnungen und Zielen, also aus Verstandesinhalten. Ein klareres Verständnis unserer Situation ermöglicht uns, unsere Gefühle zu klären und aus unangenehmen Gefühlen wieder heraus zu gelangen: Wenn ich genauer weiß, was mit mir los ist, geht es mir auch gefühlsmäßig wieder besser.

Auch, wenn mir bewusst geworden ist, dass ich mich in einer zurzeit ungeklärten - oder z.Zt. noch nicht klärbaren Situation befinde, kann mir das helfen: Ich weiß dann, dass Klärung eine Lösung wäre und dass ich mich der Klärung zuwenden sollte bzw. dass ich z.Zt. den richtigen Moment zur Klärung noch abzuwarten habe. Ich weiß dann immerhin, was ich tun könnte - was mich aus meinem momentanen Mut- und Hilflosigkeits-Gefühl ein Stück weit befreien kann.