

Unverkäufliche Leseprobe des Fischer Taschenbuch Verlages

Arnold Retzer

Lob der Vernunfttehe

Eine Streitschrift für mehr Realismus in der Liebe



Preis € (D) 9,95 € (A) 10,30 sFr 15,90 (UVP)

304 Seiten, Broschur

Fischer Taschenbuch Verlag

ISBN 978-3-596-18527-6

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

© S. Fischer Verlag GmbH, Frankfurt am Main 2010

Inhalt

Einführung

Lob der Vernunfteheliche oder:

Weniger ist mehr!	9
1 Die Unvereinbarkeit von Liebe und Leben . . .	17
2 Sieben Vorschläge, wie man seine Ehe zum Scheitern bringt	53
3 »Wie Problem? – Du bist das Problem!« Lösbare Probleme und problematische Lösungen in der Ehe	72
4 Gleichheit in der Ehe gibt es nicht: Die Suche nach Gerechtigkeit und ihre Folgen	81
5 Warum vergeben vernünftig ist	99
6 Jede Ehegeschichte ist eine erfundene Geschichte	124
7 Der Verzicht auf das große Glück oder: Die Banalität des Guten	136
8 Freunde sollt ihr sein – nur was ist Freundschaft?	152
9 »Bei mir biste scheen« – Warum positive Illusionen in der Ehe vernünftig sind	164
10 Wer sich nahekommt, kommt sich ins Gehege Eheliche Kampfkunst und ihre Regeln	174

11	Warum Lachen gesund für die Ehe ist	208
12	Der flüchtige Zeitgeist und die dauerhafte Ehe Ein sinnstiftender Konflikt	225
13	Vernünftig Schluss machen	252
	Anmerkungen	276
	Literatur	291

Einführung

Lob der Vernunfteheliche oder: Weniger ist mehr!

Sicher haben auch Sie Erwartungen, Vorstellungen und Träume von der idealen Paarbeziehung und Ehe. Wahrscheinlich haben Sie aber auch schon Enttäuschungen erlebt und die Erfahrung gemacht, wie diese Enttäuschungen, aber auch Ihre eigenen Erwartungen, im Alltag schwer auf Ihren Schultern lasten.

Für was sollen Paarbeziehungen nicht alles erhalten: Dauerhafte, ewig währende Liebe, nie erlöschende sexuelle Leidenschaft, guten Sex mit Ihrem Partner bis ins hohe Alter, Gleichberechtigung, gerechte Verteilung aller Aufgaben, aller Rechte und Pflichten, ein harmonisch und konfliktfreies Zusammenleben, Selbstverwirklichung und auch noch das ganz individuelle Glück gleichzeitig mit dem großen gemeinsamen ehelichen Glück.

Wenn man den Medien glauben darf, steckt die Ehe allerdings in einer Dauerkrise, und schon Tucholsky stellte fest: »Seine Ehe war zum größten Teile: verbrühte Milch und Langeweile. Und darum wird beim Happy End im Film gewöhnlich abgeblendet'.«¹

Liebesromane enden, wo das Leben zu zweit beginnt. Dann ist die Luft raus, und nun kommt der langweilige Teil, wenn denn überhaupt noch etwas kommt.

Auf der anderen Seite besitzt die Ehe nach wie vor

eine große Anziehungskraft. Schon bei Jugendlichen, erst recht bei sogenannten Singles, aber auch bei älteren erfahrenen Beziehungsveteranen wird in jeder neuen Studie eine noch größere Sehnsucht nach einer festen Partnerschaft festgestellt, als sie bisher schon ermittelt worden war. Ein erheblicher Teil der erwachsenen Bevölkerung geht sie sogar mehrfach ein. Der Wunsch, mit einem Partner auf Dauer, bis zum Tod zusammenzubleiben, ist ungebrochen. Und das, obwohl man überall nachlesen kann, dass jedes Jahr allein in Deutschland ungefähr 200 000 Ehen wieder geschieden werden, Trennungen nicht-ehelicher Partnerschaften nicht mitgerechnet.

Wer hat nun recht? Die hoffnungsvoll unverdrossenen Heiratswilligen oder doch Tucholsky und die Medien? Jeder hat da wohl seine eigene Antwort, entsprechend seinen eigenen Erfahrungen, Hoffnungen und Sehnsüchten.

Zweifellos ist es nicht einfach, über lange Zeit mit einem Menschen so nahe zusammenzuleben wie in einer Ehe. Unauflösbare Gegensätze und Konflikte tauchen auf: Der Konflikt zwischen dem Wunsch nach Gemeinschaft und Bindung auf der einen Seite und dem Wunsch nach Freiheit und Selbstbestimmung auf der anderen, der Konflikt zwischen Gefühl und Verstand, zwischen Chaos und Ordnung und der Konflikt zwischen Liebe und Vernunft.

Trotzdem ist die Ehe besser als ihr Ruf. Man kann die Zahlen nämlich auch positiv lesen: 60 % aller Erwachsenen leben in einer Ehe und davon wiederum 60 % schon seit 45 Jahren. Und Untersuchungen zeigen, dass ein Großteil davon, nämlich ca. 60–70 % der Paare, mit ihrer Ehe sogar zufrieden sind.²

Was machen diese Paare richtig?

Offenbar leben sie ihre Liebe mit Vernunft.

In diesem Buch soll daher eine Lanze gebrochen werden für den vernünftigen Umgang mit unseren Träumen von der ewigen Liebe.

Zwar sind uns in den letzten Jahrzehnten eine Unzahl vermeintlicher Erfolgsrezepte wohlmeinender Ehe-Experten und Eheberater mit auf den Weg gegeben worden und werden uns sicher weiterhin mit auf den Weg gegeben. Der Weg zum Erfolg ist dadurch nicht leichter geworden. Das Reisegepäck der Ratschläge wird immer schwerer, der Weg immer beschwerlicher. Dabei wird uns doch versprochen – und wir glauben es ja oft genug auch gerne selbst –, dass wir all unsere Vorstellungen, Erwartungen, Wünsche und Träume tatsächlich verwirklichen können, wenn wir es nur richtig machen.

Aber: Ist das nicht ein bisschen zu viel verlangt? Sind wir alle mit diesen Erwartungen nicht überfordert? Ist die Ehe damit nicht schlicht und einfach überfordert? Je mehr wir versuchen, unseren selbst auferlegten Pflichten gerecht zu werden, umso wahrscheinlicher wird das Scheitern. Es ist daher vernünftiger, uns und unsere Ehen von unrealistischen Erwartungen und Träumen zu entlasten. Dann hat die Ehe auch weiterhin nicht nur als gesellschaftliches Modell zur Organisation intimer Beziehung eine Zukunft, sondern auch im Einzelfall Bestand. Glück kann sich durchaus einstellen, und die Liebe, die am Anfang stand, muss dabei nicht verlorengehen, im Gegenteil. Auch, wenn die Liebesehe eine Unmöglichkeit ist und dieses Buch die These vertritt, dass die Liebe auf Dauer mit dem Leben nicht vereinbar ist.

Deshalb werden in diesem Buch in erster Linie keine Ratschläge gegeben, was man noch tun könnte, um in der Ehe doch noch glücklich zu werden. Stattdessen wird untersucht und beschrieben, was wir besser aufgeben, nicht mehr fordern müssen und sein lassen können. Dadurch können wir uns und unsere Ehen von fast untragbar gewordenen Belastungen entlasten und wieder zu realistischen, d.h. menschlichen Maßstäben angemessenen Erwartungen und Vorstellungen zurückkommen. Es geht also um vernünftige Vorstellungen, Erwartungen und Verhaltensweisen, die zu einer guten ehelichen Lebensqualität führen. Kurz: Es geht um die Vernunft-ehe, die deshalb eine Vernunft-ehe ist, weil sie realistisch, lebbar und erfolgreich ist. Die Ehe ist dann nicht mehr wie ein Wunder, das man sehnlichst erwartet und doch kaum je erblickt, sondern ein durchführbares und lebbares Projekt.

Ein Wunder ist bekanntlich etwas extrem Unwahrscheinliches: sechs Richtige im Lotto. Ein Volltreffer. Wenn zwei sich treffen, verlieben, beschließen, sich zusammenzutun, so ist daran nichts ganz und gar Außergewöhnliches, Unwahrscheinliches. Ob daraus allerdings ein Volltreffer wird, ist eine andere Frage. Ob daraus eine für beide angenehme, vielleicht sogar glückliche Partnerschaft erwächst, noch unklar. Man kann darüber nur spekulieren.

Apropos Volltreffer. Liebe und Liebesgeschichten werden seit Amor, der ja mit seinen Pfeilen unterwegs ist, gerne als Jagdgeschichten erzählt. Ich möchte eine Geschichte hinzufügen, die anders funktioniert, aber auch zu erfreulichen Resultaten führt:

Ein Jäger findet bei seinem Streifzug durch den Wald mehrere Zielscheiben, die auf Bäumen aufgemalt sind, und in jeder dieser Zielscheiben einen Pfeil, mitten im Schwarzen. Jeder Schuss ein Volltreffer! Er wird neugierig, wer wohl dieser Meisterschütze sein könnte. Vielleicht ließe sich ja etwas von seiner Technik lernen. Nach längerem Suchen findet er ihn und kann ihn darüber befragen, wie er zu dieser beeindruckenden Serie von Volltreffern gekommen ist. Was ist das Geheimnis dieser außergewöhnlichen Treffsicherheit, die wie ein Wunder erscheint? Ganz einfach, erklärt bereitwillig der Meisterschütze, zuerst schieße ich den Pfeil ab, dann male ich die Zielscheibe!

Diese Art von Vernunft ist natürlich für jemanden lächerlich, der sich bereits eine klare Zielscheibe gemalt hat. Lächerlich für den, der weiß, auf welche Ziele es ankommt, wie diese aussehen und was ein Volltreffer ist, und der auch weiß, wann es danebengegangen ist. Allerdings belastet die Aufgabe, Volltreffer zu erzielen, denn so einfach ist es ja nicht, ins Schwarze zu treffen. Wir können alle ein Lied davon singen. Mancher durchschnittliche Schütze, und das sind wohl die meisten von uns, fühlt sich zu Recht überfordert.

Tritt das Wunder ein, dass der Pfeil direkt ins Schwarze trifft, ist das natürlich spektakulär. Unwahrscheinliches wie Wunder oder Volltreffer sind nun einmal spektakulär. Und nicht ohne Grund werden die, die darauf setzen, auch Spekulanten genannt.

Auf die Vernunft zu setzen ist dagegen alles andere als spektakulär. Es ist so unspektakulär, wie Zielscheiben um abgeschossene Pfeile zu malen. Für uns Durchschnitts-

schützen, die wir an unserem Glauben, ob sich unsere Erfolgsvorstellungen bezüglich unserer Ehen realisieren lassen, oftmals verzweifeln, ist es allemal ein vernünftiges Vorgehen, das außerordentlich entspannt.

Mit diesem Perspektivenwechsel vom erhofften Ehewunder zur realistischen Vernunftehe beschäftigt sich dieses Buch. Es will anregen, sowohl über die Grenzen wie über die Möglichkeiten der Ehe nachzudenken. Es möchte zur Entlastung der Ehe beitragen, damit sie wieder atmen, sich dehnen, sich strecken und wieder lebendig werden kann. Vernünftiger und realistisch meint daher auch lebbar: menschlichen Möglichkeiten angemessen.

Oftmals ist es nützlich, manchmal sogar notwendig, bevor man etwas Neues leben kann, das Bisherige, das Gewohnte zu unterlassen. Dazu muss man allerdings wissen, was unterlassen werden sollte – und auch: warum. Ich werde versuchen Einblicke zu geben in das, was das Gelingen der Ehe ermöglicht, aber auch aufzuzeigen, was geeignet ist, Beziehungs*unglück* zu erzeugen und den Erfolg der Ehe zu verhindern.

Nicht zuletzt wird aber auch zu belegen sein, warum es vernünftig ist, auch in der Vernunftehe auf die Liebe zu setzen, denn dadurch kann sich sowohl die Ehe wie auch die Liebe erhalten.

Es wäre natürlich absolut unrealistisch, das mögliche Scheitern einer Ehe auszuklammern und unerwähnt zu lassen. Deshalb beschäftigt sich das letzte Kapitel damit, wie man auf vernünftige Weise Schluss machen und wie eine Trennung menschenwürdig vonstatten gehen kann.

Wenn in diesem Buch von Ehen die Rede ist, dann schließt dies selbstverständlich auch sogenannte nicht-

eheliche sowie hetero- oder homosexuelle Gemeinschaften ein. Die Ehe verliert ja auch zunehmend ihre gesetzliche Exklusivität. Seit Jahren schrumpfen die juristischen Unterschiede zwischen Paaren mit und ohne Trauschein, so beim gemeinsamen Sorgerecht, beim Unterhalt für die gemeinsamen Kinder und inzwischen auch beim Güterrecht. In Ehen und eheähnlichen Gemeinschaften werden zudem weitgehend die gleichen Werte, Vorstellungen und Erwartungen entwickelt und gepflegt.

Wie komme ich dazu, über die Ehe und auf diese Weise darüber zu schreiben? Da ist zum einen meine Erfahrung als Ehemann. Es ließ sich gar nicht vermeiden, im Rahmen von zweiundzwanzig Ehejahren – sozusagen im Selbstversuch – einschlägige Erfahrungen zu sammeln. Es sind persönliche Erfahrungen sowohl von Erwartungs-enttäuschungen als auch Erfahrungen erfolgreicher Vernunft. Ein Ende von beidem, von Enttäuschung und Irrtümern wie von Erfolg, scheint nicht in Sicht.

Dazu kommt die einzigartige Gelegenheit, die mir unzählige Paare geboten haben, mittelbar an ihren Erfahrungen teilzuhaben. Über mehr als drei Jahrzehnte durfte ich als Psychotherapeut, Paartherapeut, Berater und Lehrer für Psychotherapeuten Einsicht in die Praxis der Ehe nehmen. Mir wurden Einblicke in die Misserfolge, Krisen und Katastrophen gewährt, aber auch in die Erfolgsgeschichte so mancher Ehe. Solche Erfolgsgeschichten gibt es tatsächlich und häufiger, als man denkt.

Darüber hinaus habe ich mich seit vielen Jahren wissenschaftlich mit der Frage beschäftigt, wie eigentlich Paarbeziehungen funktionieren und was die Gesetz-

mäßigkeiten und Regeln von Liebesbeziehungen und Ehen sind. Meine Frau meint allerdings, dies sei die unwesentlichste Quelle meiner Ideen und typisch männlich. Sie glaubt hingegen, übrigens ein hervorragender Anlass für Streit, dass die Erfahrung, die sie mir in unserer Ehe ermöglicht habe, viel mehr zählt. Immerhin hat sie es mit mir ausgehalten, aber, darauf muss ich bestehen, auch ich mit ihr. Ich selbstverständlich aus vernünftigen Gründen, sie aus emotionalen.

Meine Frau legt auch Wert darauf, die Leserin zu erhöhter Sensibilität für typisch männliche Beschreibungen und Bewertungen in diesem Buch aufzurufen. Wie ich finde: Absolut unberechtigt!

Lassen Sie mich aber, bevor wir gemeinsam die Niederungen und Höhen des Ehelebens durchstreifen, doch auch darauf hinweisen, dass auch ein Buch und sein Autor Grenzen haben. Diese zu sehen ist für Leserin und Leser einfacher als für den Autor, und kann den realistischen Blick schärfen.