

Matthias Stiehler

Partnerschaft ist zweifach

Wie sich Paare finden
und was sie
zusammenhält

 tredition

Matthias Stiehler, »Partnerschaft ist zweifach«
© 2023 Matthias Stiehler
www.matthias-stiehler.de
Umschlaggestaltung: Andreas Tampe
Foto: Anja Schneider
Druck und Distribution: tredition GmbH,
An der Strusbek 10, 22926 Ahrensburg, Germany

ISBN Paperback 978-3-347-95879-1
ISBN Hardcover 978-3-347-95880-7
ISBN E-Book 978-3-347-95881-4

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Autors unzulässig. Die Publikation und Verbreitung erfolgen im Auftrag des Autors, zu erreichen unter: tredition GmbH, Abteilung "Impressumservice", An der Strusbek 10, 22926 Ahrensburg, Deutschland.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Inhalt

Das dritte Buch	7
Muster, die Paare zusammenführen	11
Erwachsene Beziehungen	18
Kinderseelen	23
Partnerschaftliches Zusammenspiel	27
Das eigene Leben	33
Das identische Grundthema	42
Weitere Beispiele für gleiche Grundthemen	56
Bewältigungsverhalten	64
Gleichwertigkeitsbalance	68
Gibt es eine Geschlechtsspezifik?	72
Geschwisterkonstellationen	80
Chancen und Risiken einer Partnerschaft	90
Drei Ebenen partnerschaftlicher Probleme	96
Was Partnerschaften reifen lässt	103
Wofür braucht man die Fehler des anderen?	107
Worauf es ankommt	114
Krisen sind Gold wert	119
Wenn die eigene Entwicklung aus der Partnerschaft führt	128
Verantwortung, Verantwortung	134
Reifung als Akzeptanz der Begrenzung	138
Es lohnt, die eigene Geschichte zu kennen	145
Literatur, auf die im Buch verwiesen wurde	149

Das dritte Buch

Dieses Buch ist mein drittes in einer Reihe von Partnerschaftsbüchern. Das erste: »Partnerschaft ist einfach«¹, beschrieb die Grundlagen partnerschaftlichen Zusammenlebens. Partnerschaft wurde als eine gute Möglichkeit aufgezeigt, sich gegenseitig das Leben zu erleichtern, guten und regelmäßigen Sex beziehungsweise überhaupt körperlichen Kontakt zu haben, füreinander da zu sein und innige, tiefe gemeinsame Momente zu erleben. Dass dies in der Realität oft nicht so funktioniert, wie es dem Sinn von Partnerschaft entspricht und wie es sich viele wünschen, überrascht nicht. Zu überzogen sind oftmals die Erwartungen an den Partner und an das Zusammensein. Partnerschaft soll ein Glück bringen, das mehr den kindlichen Sehnsüchten entspricht als den realen Möglichkeiten eines erwachsenen Lebens. Tragisch ist dabei, dass mit den enttäuschten Erwartungen häufig das nicht gesehen und verwirklicht wird, was dennoch und ganz real möglich wäre, und was die vier genannten Punkte beschreiben.

Dieser Befund ließ die Frage aufkommen, wie es dennoch gelingen kann, sich aus den Schwierigkeiten partnerschaftlicher Verwicklungen herauszubewegen, ohne gleich das Heil in einer Trennung zu suchen. Ihr widmete sich mein zweites Buch »Partnerschaft geht anders«².

In ihm wurde einerseits als normal beschrieben, dass es in einer Partnerschaft zu Krisen kommt. Eine Partnerschaft, die einfach so funktioniert und zugleich glücklich ist, gibt es nicht. Wer darauf hofft, arbeitet auf eine Trennung oder ein Miteinander in Resignation hin.

Doch da es nicht so einfach ist, die beiderseitigen Verwicklungen hinter sich zu lassen, ist es andererseits ebenso normal, Hilfe von Dritten anzunehmen – egal, ob es sich um Hinweise von Freunden, um den Rat von Vertrauenspersonen oder um professionelle Paarberatung handelt. Das Buch war ein Plädoyer dafür, diese Hilfe nicht als Versagen anzusehen.

Ein Spruch auf einem Fenster des Deutschen Hygiene-Museums in Dresden lautet: »Was ist das höchste Glück auf Erden? Gesund zu sein. Nein, gesund zu werden.« Genau so lässt sich auch das Gesunden einer Partnerschaft verstehen. Wenn es eine einfach so funktionierende Partnerschaft – außer vielleicht in den ersten Monaten des Verliebtheits – nicht gibt, dann besteht die Kunst des Miteinanders im beiderseitigen Wachsen an den Herausforderungen, die ein gemeinsames Leben zweier unterschiedlicher Menschen mit sich bringt.

Das dritte Buch in diesem Zyklus richtet nun den Blick stärker auf den Einzelnen, auf sein Projekt im Gemeinsamen einer Partnerschaft. Dieses Thema ergibt sich aus der schlichten Erkenntnis, dass es stets um das jeweils eigene Leben der beteiligten Menschen geht. Das wird schon bei der Partnersuche deutlich, in der jeder seine Wahl *für sich* trifft. Noch deutlicher wird es bei einer Trennung. Die Partnerschaft gilt dann nicht mehr, es zählt der Einzelne. Doch auch jenseits der Anfangs- und Endpunkte spielt für beide Partner die eigene Lebensverwirklichung auch innerhalb einer Zweierbeziehung die zentrale Rolle. Eine Partnerschaft ist unter diesem Blickwinkel Mittel zum Zweck für ein eigenes gutes Leben, auch wenn mir selbst dieser Satz in seiner trockenen Nüchternheit nicht sonderlich gefällt.

Natürlich können wir den Wert einer Partnerschaft nicht hoch genug einschätzen. Sie gibt uns in unserer heutigen Zeit, die von einer Unzahl individueller Lebensmöglichkeiten geprägt ist, immer noch mehr als andere die Chance einer nahen und erfüllten Beziehung. In ihr lässt sich eine emotionale Intimität verwirklichen, die andere soziale Kontakte so nicht ermöglichen können. Eine Partnerschaft bietet – zumindest potenziell – eine Sicherheit, die sowohl der generativen Aufgabe, also der Zeugung und Erziehung von Nachkommen, als auch der alltäglichen Lebensführung dient. Wir brauchen Zweierbeziehungen, weil sie unser Herz erreichen, weil sie das Leben lebenswerter machen und unser Potenzial stärker fördern und herausfordern können.

Doch wenn wir diese letzten Sätze, die als Lobpreisung von Partnerschaft zu verstehen sind, noch einmal aufmerksam lesen, dann erkennen wir, dass all diese Vorteile aus Sicht der beteiligten Individuen real werden. In der Partnerschaft verwirklicht sich der Einzelne.

Ich werde im Folgenden darstellen, dass das nicht nur die bewussten Interessen der Beteiligten betrifft, sondern auch sehr viel mit den seelischen Verletzungen und Sehnsüchten nach Heilung und einem glücklichen Leben zu tun hat. Partnerschaft ist so immer auch eine Reise zum Grund der eigenen Seele. Dabei offenbaren sich überraschende Tatsachen, die mit dem Suchen und Finden eines passenden Partners zu tun haben. Es geht um das Wesen partnerschaftlicher Liebe, um die Frage, ob es »den Richtigen« oder »die Richtige« gibt, ob die Fehler des anderen eine wichtige Funktion haben und ob das Miteinander die Seele reifen lässt. Kurz gesagt: Es geht in diesem Buch um die Frage, was Partnerschaft in der Tiefe bestimmt und worin

dabei die Intention und der Gewinn für den Einzelnen bestehen.

Natürlich geben auch diese innerseelischen Mechanismen keine Garantie, dass Partnerschaft gelingt. Aber sie sind dafür die Voraussetzung und die Chance des Gelingens erhöht sich, wenn man sie erkennt und vor allem anerkennt. Davon handelt das folgende Buch.

Nun möchte ich die folgenden Ausführungen nicht gleich zu Beginn zu rosig malen. Zu viele falsche und überzogene Versprechungen kursieren bereits auf dem Markt der Paarliteratur. Sicher tragen Partnerschaften ein positives Potenzial für all diejenigen in sich, die sich darauf einlassen. Das ist die Grundbotschaft dieses Buches. Und dennoch können eigene Lebenswege und individuelle Notwendigkeiten dieser Chance entgegenstehen. Auch das soll in diesem Buch angesprochen werden. Manchmal gibt es Mächte des Faktischen, die sich nicht einfach wegdiskutieren lassen. Gerade dann zeigt sich, dass individuelle und partnerschaftliche Entwicklungswege nicht übereinstimmen *müssen*.

Ich möchte Sie mit diesem Buch also einladen, sich auf eine Entdeckungsreise zu begeben. Partnerschaft ist in all ihren jeweils konkreten Ausprägungen keine Garantie, dass sich unsere Wünsche an das Leben erfüllen. Aber sie ist eine großartige Möglichkeit, sich selbst kennenzulernen. Mein Plädoyer ist, dass es so möglich wird, sich nicht nur von den Ereignissen treiben zu lassen, sondern das eigene Leben bewusster in die Hand zu nehmen und zu gestalten. Und das lohnt sich allemal.