

INTERVIEW

zum Thema Paarbeziehungen zwischen Osho Times International und Dr. Wilfried Nelles

> Was macht eine gute Partnerschaft aus?

Das Problem steckt schon in der Frage, und zwar in dem Wörtchen "gut". Wenn wir eine gute Partnerschaft anstreben, sind wir schon im Vergleichen. Und dann stehen die Chancen gut, dass es schief geht.

Eine Beziehung ist zunächst einmal nur eine Beziehung. Etwas geschieht, was zwei Menschen zueinander führt - Sex, Verliebtheit, Liebe, Schicksal, was auch immer. Was da passiert, liegt nicht in unserer Hand, es kommt aus dem Blauen. Osho würde wahrscheinlich sagen: It is a happening, not a doing.

Das zu sehen, ist die erste Voraussetzung für eine gute Partnerschaft. Dabei lässt man die Frage von gut oder nicht gut einfach beiseite. Man ist in einer Beziehung oder Partnerschaft, Ende. Dabei geht es einem manchmal gut und manchmal schlecht, die Beziehung ist manchmal besser und manchmal schlechter. Die einzige Frage ist: Bin ich noch drin?

> Welche Faktoren sind essential:

> 1. Verliebtheit

Verliebtheit hat mit der Partnerschaft nichts zu tun. Sie ist natürlich die Flamme, die alles in Bewegung bringt, aber das war's dann auch. Liebe und Partnerschaft fangen an, wenn die Verliebtheit schwindet. Manche meinen, dann sei die Beziehung zu Ende, und gehen. Wer so denkt und fühlt, wird nie eine wirkliche Partnerschaft erfahren.

Verliebtheit ist ein Zustand der Verklärung. Wir lieben ein Traumbild. Die Beziehung fängt erst richtig an, wenn wir den anderen in seiner Wirklichkeit sehen. Dann beginnen die Enttäuschungen, und dann zeigt sich erst, ob wir zur Liebe des Anderen fähig sind oder nur unsere Ideen lieben können und an unseren Täuschungen festhalten wollen. Dann verliebt man sich in die nächste Täuschung.

Das kann auch ein Weg zum Aufwachen sein, wenn man nach zwanzig solcher Täuschungs- oder Verliebtheitsrunden darauf kommt, dass die Geschichten sich wiederholen. Man kann das aber auch innerhalb einer Beziehung erfahren, indem man die Enttäuschungen aushält und sich auf den anderen und die Beziehung einlässt, wie er oder sie ist.

> 2. guter Sex, Leidenschaft

Hier haben wir wieder das "gut". Woran misst man das? Am Zeitgeist? Das ist ganz gefährlich, denn jeder Vergleich entfernt dich von dir selbst und von dem, was ist. Ich stelle mir vor, die glücklichsten Paare haben überhaupt keine Ahnung oder Vorstellung davon, was guter Sex ist oder sein soll. Sie lieben sich einfach, mit und ohne Sex. Anfangs mehr mit, später mehr ohne.

Natürlich ist Sex wichtig, aber längst nicht so sehr, wie das oft dargestellt wird. Eine Beziehung ist ein lebendiger Prozess mit vielen verschiedenen Phasen. Einige sind leidenschaftlicher, andere kühler. Und die Leidenschaft selbst verändert sich auch. Ein Paar, das 20 oder 30 Jahre zusammen ist, kann nicht mehr so sein wie in den ersten drei oder fünf Jahren. Das wäre lächerlich. Und es würde auch Stillstand bedeuten.

> 3. Ähnlichkeit in wichtigen Lebensbereichen

Ich habe gelesen, dass dies eine Beziehung sehr viel einfacher machen soll. Das scheint mir plausibel. Ich persönlich habe aber hauptsächlich Erfahrungen mit dem Gegenteil, der ganz großen und anfangs ungeheuer attraktiven Verschiedenheit. Das ist nicht so ganz einfach. Im Grunde ist die Verschiedenheit der größte Anziehungsfaktor. Das ist ja eigentlich das, was Mann und Frau zueinander zieht: dass sie ganz verschieden, ganz anders sind. Der andere ist ein Geheimnis. In der sexuellen Begegnung teilt er dieses Geheimnis mit mir, aber ohne es letztlich preiszugeben. Ich kann als Mann etwas vom Geheimnis des Weiblichen mitbekommen, vor allem dann, wenn ich es nicht ergründen will, sondern der Frau erlaube, es mir zu schenken. Wenn ich es ergründen will, zieht sie sich zurück. In der Partnerschaft meinen wir oft, den anderen verstehen zu müssen, was nichts anderes bedeutet, als ihm sein Geheimnis zu entreißen. Das geht schief. Ich muss als Mann das Weibliche und das Geheimnis des Weiblichen achten und es lassen, wie es ist. Für die Frauen gilt natürlich das Gleiche. Dann bleibt die Spannung, dann bleibt immer noch etwas Neues. Die Kunst einer Partnerschaft besteht darin, diese Spannung zu bewahren, aber auch auszuhalten, denn sie ist zugleich auch die Ursache vieler Missverständnisse und Konflikte.

> 4. Harmonie von Geben und Nehmen

Was heißt das für eine Paarbeziehung? Das ist diffizil. Eine Paarbeziehung ist kein Geschäft. Der gerechte Ausgleich von Geben und Nehmen gehört auf die geschäftliche Ebene. Ich gebe dir ein Interview, du bezahlst dafür. Wenn du nicht zahlst, bist du bei mir in der Schuld. Diese Schuld begründet eine Beziehung, die dann zu Ende ist, wenn die Schuld bezahlt ist. Wenn man also in einer Beziehung akribisch darauf achtet, dass alles ausgeglichen wird, ist die Beziehung schnell zu Ende. Dann sind beide nämlich quitt.

Zwischen Mann und Frau läuft etwas anderes. Man sieht das, wenn man auf den Grundvorgang schaut, den Geschlechtsakt. Was passiert da? Der Mann gibt der Frau ihren Samen. Sie nimmt ihn, bewahrt ihn in sich auf, und dann entsteht, ohne ihr aktives Zutun (!) neues Leben daraus. Das heißt: Er gibt, sie nimmt. Und indem sie nimmt, entsteht etwas Neues, Größeres, was für ihn wie ein Geschenk ist. Der Ausgleich geschieht hier also nicht, indem die Frau dem Mann etwas zurückgibt, sondern indem sie alles, was er zu geben hat, ganz in sich aufnimmt. Alles Weitere geschieht von selbst. Das gilt nicht nur für die Zeugung, das gilt auch für die Lust.

Ich habe daraus eine Regel formuliert: Männer müssen geben (lernen), Frauen müssen nehmen (lernen). Und zwar beide ganz vorbehaltlos, ohne nach dem Ergebnis zu fragen.

> 5. Eigenständigkeit beider Partner

Die innere Eigenständigkeit ist sicher wichtig. Sie wird heute aber oft mit äußerer Autonomie und Selbstständigkeit verwechselt. Und damit, dass Frauen geben wollen wie Männer. Dann braucht man keine Beziehung.

> 6. Gemeinsame Ziele und Projekte (Kinder!)

Kinder sind keine Projekte. Kinder sind der natürliche Zweck der Beziehung. Dieser Zweck ist nicht von uns erdacht, wir dienen ihm entweder oder wir lassen es. Wenn wir es lassen, fehlt etwas in einer Beziehung. Dann kann vielleicht ein gemeinsames Projekt - ich würde eher sagen: eine gemeinsame Aufgabe, das ist nicht so gewollt - einen gewissen Ausgleich darstellen.

> 7. Spiritualität

Was ist das? Mir reicht das gewöhnliche Leben.

> 8. Offenheit (Darf es Geheimnisse geben?)

Es muss Geheimnisse geben dürfen. Zu viel Offenheit ist genauso gefährlich wie Verschlossenheit und Geheimniskrämerei. Nur zwei eigenständige Menschen können eine Beziehung haben, und zur Eigenständigkeit gehört, dass es auch in der Beziehung etwas Persönliches, Privates gibt, auf das der Partner keinen Anspruch hat. Einen Anspruch hat er nur auf die Dinge, die ihn direkt betreffen.

> 9. Fähigkeit Grenzen zu setzen und solche zu akzeptieren

Ich würde eher sagen: Die Fähigkeit, sich selbst zu akzeptieren, seine eigenen Grenzen zu respektieren und die des Partners. Dem Partner Grenzen zu setzen ist nicht so gut und auch nicht nötig. Wenn ich meine eigene Grenze achte und dies deutlich mache, reicht das. Wenn der andere das dann (dauerhaft) nicht respektiert, muss ich gehen.

> 10. Gegenseitige Achtung

Ist vielleicht das Allerwichtigste. Das beinhaltet, dass der andere anders ist. Anders, als ich bin, anders, als ich ihn gerne hätte, anders, als ich es mir je hätte träumen lassen. Und dass ich ihn nicht verstehe und darauf verzichte, ihn verstehen zu wollen. Und dass ich darauf verzichte, dass er mich versteht. Wenn ich ihn dann noch lieben kann, wenn die Lieb dann noch fließt - was kann ich dann machen? Ich kann mich nur ergeben. Vielleicht ist das Hingabe, ganz gewöhnlich.

>

31.1.2005

Wilfried Nelles

Veröffentlichung nur mit Zustimmung des Autors