

Unbewusste Rituale in der Liebe

Einführung in die Paaranalyse

Bearbeitet von
Wolfgang Schmidbauer

1. Auflage 2014. Taschenbuch. 252 S. Paperback
ISBN 978 3 608 89152 2
Format (B x L): 13,8 x 21 cm
Gewicht: 362 g

[Weitere Fachgebiete > Psychologie > Psychotherapie / Klinische Psychologie > Familientherapie, Paartherapie](#)

schnell und portofrei erhältlich bei


DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.



Dies ist eine Leseprobe von Klett-Cotta. Dieses Buch und unser
gesamtes Programm finden Sie unter www.klett-cotta.de

ZU DIESEM BUCH

Wie kann es geschehen, dass zwei Menschen, die einander innigst zugezogen waren, sich plötzlich wie Feinde gegenüberstehen? Wie wachsen Bindungen zwischen Erwachsenen und wie gehen sie wieder verloren? Der bekannte Paartherapeut Wolfgang Schmidbauer entwickelt zu dieser spannenden Frage das Konzept des »unbewussten Rituals«. Jede Paarbeziehung lebt von diesem individuellen Zusammenspiel, das sich zum Beispiel auf Kommunikation oder Erotik bezieht. Beide Partner gewinnen an Sicherheit und Selbstwert – solange die Rituale nicht aufgekündigt werden. In der Paaranalyse werden die »guten Rituale des Anfangs« rekonstruiert und erforscht, wie die Entwertungsspirale in Gang kam. Nicht selten ist der Prozess dann umkehrbar. Dies zeigt der Autor detailliert und nachvollziehbar an zahlreichen Fallbeispielen.

Wolfgang Schmidbauer, Dr. phil., Psychotherapeut (Paar- und Einzeltherapie), Psychoanalytiker, Supervisor, Ehrenvorsitzender der Gesellschaft für analytische Gruppendynamik, Lehranalytiker der »Münchener Arbeitsgruppe für Psychoanalyse«, bekannter Fachautor und Schriftsteller. Er arbeitet in freier Praxis in München und Dießen am Ammersee.

Wolfgang Schmidbauer

Unbewusste Rituale in der Liebe

Einführung in die Paaranalyse

Klett-Cotta



Klett-Cotta

www.klett-cotta.de

© 2014 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung

Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte vorbehalten

Printed in Germany

Umschlag: Hemm & Mader, Stuttgart

Titelbild: Salvador Dalí: »Meditative Rose«. © Salvador Dalí Fundació Gala – Salvador Dalí/VG Bild-Kunst, Bonn 2014

Gesetzt aus der Minion von Kösel Media GmbH, Krugzell

Gedruckt und gebunden von Kösel, Krugzell

ISBN 978-3-608-89152-2

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

Vorwort	7
Einleitung	9
Paaranalyse und Paartherapie – Übergangsritual und Paarbildung	
1 Von der Wirtschaft zur Leidenschaft	25
Die faule Frau – Fallen wir in die Liebe – oder müssen wir sie bauen? – Der Glaube an ein erweitertes Ich – Die Frau als Expertin der Liebe – Genuss bietet nur das schwierige Ritual – Einwände gegen Mr. Taylor und Dr. Masters	
2 Rituale gegen die Angst	41
»Du verstehst mich nicht!« – Sind Rituale therapeutisch? Oder kompensieren Therapien den Ritualmangel? – Zwang – Vom Zwang zurück zum Ritual – Die autistische Dimension – Die manische Abwehr – Exkurs über den sicheren Ort – Das Angst-Wut-Ritual	
3 Eros, Geld und Leistung – Rituale der Symmetrie	79
Zur Evolution der Bindung – Genetische und kulturelle Faktoren – Emotion und Stabilität – Symbiose und Ent- wertung – Die Verinnerlichung von Austausch – Die Symme- trie-Falle – Das Ritual als Gebrauchsanweisung – Sexuelle Versöhnung – Gegen die Welt oder in die Welt? – Das porno- grafische Ritual – Die schlaflose Frau	

4	Ritual und Aggression	131
	Fahrer und Beifahrerin – Drohrituale – Individualisierung und Gewalt	
5	Stabile und hydraulische Rituale	143
	Pflicht und Neigung – Die Grenzen ritueller Räume – Die Grenze zur Clique – Kontrollbedürfnis und Ritualbildung	
6	Abwehrmechanismen und die Kunst des Grenzrituals ...	168
	Exkurs: Manische Abwehr und Konsumismus – Vorwurfs- rituale – Heilung durch Liebe? – Verdrängung und Ritualbildung – <i>The Crumbs off the Wife's Table</i>	
7	Einseitige Rituale	191
	Die Bikini-Depression – Die Entwertung des realen Partners – Das Jagdritual – Schwärmerei und Beziehungs- wahn – Stalking – Rache	
8	Behandlungstechnik	213
	Das Ritual der Paaranalyse – Symbiose und Triangulierung – Das Ritual des schlechten Gewissens – Paaranalyse und Einzeltherapie – Sucht und Koabhängigkeit	
	Schluss: Rituale und kein Ende	242
	Literatur	248

Vorwort

Drum prüfe, wer sich ewig bindet,
ob sich das Herz zum Herzen findet!
Der Wahn ist kurz, die Reu' ist lang ...
Ach! des Lebens schönste Feier
endigt auch den Lebensmai;
mit dem Gürtel, mit dem Schleier
reißt der schöne Wahn entzwei.
Die Leidenschaft flieht,
die Liebe muß bleiben;
die Blume verblüht,
die Frucht muß treiben¹.

Schillers Pathos macht uns mit dem Problem vertraut, ohne mehr als ein »muss« als Lösung anzubieten. Die Liebesehe ist ein riskantes Unterfangen. Sie gründet auf dem schönen Wahn der Verliebtheit, der Leidenschaft – und soll daraus die ein Leben lang verlässliche Bindung formen, in der sich Partner und Kinder sicher fühlen. Aber lässt sich ein Wahn prüfen? Bleibende Liebe moralisch erzwingen? Wo wir doch wissen, dass Gefühle nicht gemacht werden, sondern nur wachsen können.

Partner haben sich auseinandergelebt, man sieht sie nicht mehr zusammen, eine neue Verliebtheit tritt auf die Bühne. Soll es das gewesen sein? »Man gibt eine Ehe doch nicht so einfach auf!« »Denkt an die Kinder!« »Hört auf, euch zu streiten, daran verdienen nur die Anwälte!« Solche Äußerungen kommen von Angehörigen, von Freunden. Die Reue ist lang, wenn die Verliebtheit verblüht und Pflichtgefühl die Liebe ersetzen soll.

Kann die Psychoanalyse Aufklärendes, Hilfreiches zur Metamorphose der Verliebtheit beitragen? Durchaus, aber sie muss sich auf ein Thema beziehen, das ihr bisher eher fremd war, und mit einem Modell arbeiten, das die Grenzen der individuellen Psyche überschreitet. Das

1 F. v. Schiller, Das Lied von der Glocke

Thema ist der Austausch zwischen den Erwachsenen in der Familie und die Identifizierung des Kindes mit diesem Austausch.

Das kindliche Erleben wird weniger durch die *Persönlichkeit* des gleichgeschlechtlichen Elternteils geprägt, wie das im Modell des Ödipus-Komplexes vorgegeben ist, als durch den *Austausch* zwischen den Eltern. Vereinfacht: Gegenseitige Entwertung der Eltern verletzt das Selbstgefühl des Kindes; umgekehrt festigt es die wechselseitige Anerkennung der Mitglieder einer Familie untereinander.

Das Modell des Rituals erweitert die Psychoanalyse zur Paaranalyse. Die Verwandlung der Verliebtheit in die liebevolle Bindung ist weder das Ergebnis der zufällig richtigen Liebeswahl noch die Folge eines tief verwurzelten Pflichtgefühls. Sie hängt davon ab, wie viele intensive und stabile Liebesrituale in einem Paar wachsen. Dies ist ein Prozess, der die Individuen verändert und beispielsweise auch darüber entscheidet, ob Dritte – wie Eltern, Geschwister, Freunde, eigene Kinder – in das Paar integriert werden können.

Die unbewussten Rituale der Liebe entwickeln sich aus Ängsten und Wünschen, die mit früheren Erfahrungen zusammenhängen. In der modernen Welt fassen Langlebigkeit und Individualisierung mehrere langfristige Beziehungen in eine Lebensspanne. Die Rituale sind dann von dem Wunsch geprägt, das Scheitern einer vorangehenden Liebe auf keinen Fall zu wiederholen.

Diese intimen Rituale unterscheiden sich von traditionellen Ritualen, die unsere Familien mitgestalten – der Verlobung, dem Hochzeitskleid, dem Traualtar, dem Polterabend, dem Jungesellenabschied. Sie entstehen, um seelische Verletzungen der Kindheit und Jugend zu verarbeiten, biografische Brüche zu heilen. Wir bemerken ihre Existenz und ihre Bedeutung erst, wenn sie nicht mehr funktionieren.

Einleitung

Was hält Paare zusammen, was trennt sie? Wie kann es geschehen, dass sich Liebende misstrauen, die sich einmal blind vertraut haben, dass einer den Menschen hasst, für den er vor wenigen Jahren noch fast alles getan hätte? Man kann solche Entwicklungen damit verbinden, dass ein Ideal zerbrochen ist². Die gegenwärtige Enttäuschung ist nicht die Wurzel des Problems. Es sind die Überschätzung, die große Illusion von gemeinsamer Aufwertung, die das Paar anfangs umgaben.

In dem folgenden Text soll genauer nachgeforscht werden, wie Bindungen zwischen Erwachsenen entstehen und verloren gehen. Die Grundthese ist, dass Liebende ihre Beziehung durch den Aufbau von unbewussten Ritualen festigen. Diese erfüllen ihre Aufgabe, indem sie von den Partnern getragen und in einem Konsens erlebt werden. Solange ein Ritual funktioniert, stabilisiert es das Paar und hält Bilder im Schach, die das Selbstgefühl bedrohen. Der Partner *wird erst durch das Ritual* zu dem liebevoll zugewandten, reifen Menschen, der ein gutes Lebensgefühl vermittelt.

Störungen in der Partnerschaft bis hin zu Mobbing, Stalking oder einem Rosenkrieg folgen dem Zusammenbruch solcher Rituale. *Diese versagen jetzt in ihrer Funktion, verinnerlichte Bilder »böser« primärer Bezugspersonen zu neutralisieren.* Sobald diese Bilder auftauchen, ohne dass sich ein Paar durch die bewährten Rituale vor ihnen schützen kann, verändert sich das emotionale Klima. Der Partner wird misstrauisch beobachtet, kontrolliert, manipuliert, um zu verhindern, dass er mir schadet. Je mehr die Macht der Rituale schwindet, desto ausgeprägter trägt er die Projektion eines ängstlichen Primärobjekts.

In der Paaranalyse wird in einer Rekonstruktion der »guten«, neutralisierenden Rituale deutlich, weshalb und wann sich eine Liebesbeziehung in Entwertungen hineinentwickelt hat. So lässt sich die Frage klären, ob eine gemeinsame Zukunft der Partner in neuen Ritualen ge-

² Wolfgang Schmidbauer, Alles oder nichts. Über die Destruktivität von Idealen. Rowohlt, Reinbek 1980. Ders., Das Mobbing in der Liebe, Gütersloh 2007

lingen kann oder es mehr Sinn macht, sich zu trennen und die zu Reparaturen nötige Energie für den Aufbau einer neuen Beziehung zu verwenden.

Zu Beginn einer Paartherapie verwenden in Krisen geratene Paare viel Zeit darauf, über Verletzungen zu klagen, böse Worte, Kontrolle über Anrufe, Briefe oder Mails, Vorwürfe über Egoismus, Rückzug, erotisches Desinteresse, Ausbeutung, verbale oder physische Gewalt. Sie formulieren das Anliegen, solche negativen Erfahrungen müssten endlich ein Ende haben. Sie erkennen nicht, dass diese nur deshalb unerträglich sind, weil dem Paar die Liebesrituale abhanden gekommen sind.

Liebesrituale verhindern, dass aus den Missverständnissen des Alltags große Fragen werden: ob mich der Partner überhaupt wahrnimmt und nicht vielmehr missbraucht. Wir können auf aktive Liebesrituale nicht verzichten; Kontrollrituale reichen nicht aus, um ein Paar vor destruktiven Entwertungen zu schützen. Liebesrituale lassen Geborgenheit zu und festigen den Glauben, dass es zusammen mit dem Partner schon gut gehen wird. Wo sie verschwinden, wachsen Ängste und Impulse, diese durch Kontrolle zu bändigen.

Scheiternde Versuche, ein Ritual zu reparieren, stehen hinter den meisten Symptomen, welche Paare in Therapie bringen: ständige Vorwürfe, Depressionen, chronischer Streit, sexuelle Frustration.

Auch Experten behaupten manchmal, dass *alle* Paare nach einigen Jahren die sexuelle Intensität des Anfangs verlieren. Die Paaranalyse bestätigt, dass das in der Tat der Fall ist, wenn es den Partnern nicht gelingt, alltagstaugliche erotische Rituale zu entwickeln. Unfähigkeit zum Ritual, Widerwille, wo das Ich ihm ausgesetzt ist, verraten in der Regel eine traumatische Vorbelastung des Selbstgefühls.

Ein charakteristisches Beispiel ist die Abneigung vieler Essgestörter, eine Mahlzeit dann einzunehmen, wenn der Tisch gedeckt ist und die Speisen serviert werden. Das freundliche Angebot wirkt auf sie wie Zwang. Die erotische Analogie ist das Ersterben einer auf Autositzen und in freier Natur blühenden Erotik, sobald die gemeinsame Wohnung mit einem bequemen Ehebett eingerichtet wurde.

Es ist ein schöner Traum, dass liebende Menschen einander so annehmen, wie sie sind. Wenn erotische Beziehungen beginnen, untermalt

und fördert eine von den Liebenden geschaffene Illusion diesen Traum. Wenn später die Liebenden in Streit geraten, sagen sie etwa: »Du hast mich nie *richtig* geliebt«, oder auch: »Ich habe dich nie *wirklich* geliebt.« Richtig und wirklich, so wie sie hier verstanden werden, gehören in eine andere Welt als die reale. Statt die eigene Illusionsbildung infrage zu stellen, wird angesichts einer Enttäuschung der Partner entwertet.

Sobald Kinder klug genug sind zu verstehen, was andere sagen, erfahren sie auch von erlaubt und verboten, erwünscht und unerwünscht, gut und schlecht. Da die Liebe ein hoher Wert und ein großes Versprechen ist, wollen wir gut lieben, sicher geliebt werden, viel Anerkennung aus der Liebe beziehen. Das heißt: Schwächen werden verleugnet, Stärken unterstrichen, Fassaden gebaut.

Lieben und ehren in gesunden und kranken Tagen: Darin wird, wer hohe Worte und Ideale nicht von vornherein skeptisch sieht, einen Anspruch ableiten auf jemanden, der stark ist, wenn ich schwach bin und mir so hilft, beschämende, peinliche Schwächen erst mal gar nicht wahrzunehmen. Dadurch entsteht in den von zwei ehrgeizig und anspruchsvoll Liebenden geprägten Ehen ein hoher Druck, der zu Kollateralschäden führen kann.

Wer mir Stärke verspricht, wem ich Stärke biete, der wird, wenn ich seine Kraft brauche, um meine Vorstellung von Familie zu verwirklichen, nicht schwächeln oder sich gar davonschleichen. Ich habe einen Kämpfer an meiner Seite, keinen Deserteur.

In der Verliebtheit glauben Menschen, sie hätten einen Seelenzwilling entdeckt. Sie überschätzen das Sexualobjekt, sagte Freud. Sie glauben, einen Symbiosewunsch, eine Größenfantasie, eine Selbstobjektbeziehung realisiert zu haben, sagt die moderne Narzissmusforschung. Sie gehorchen einem stammesgeschichtlichen Programm, behaupten die Soziobiologen. Nein, Geschlecht und Ehe sind kulturelle Konstruktionen, behaupten die Genderspezialisten.

Sie alle entwerfen Modelle, keine Theorien. Für eine Theorie, welche alle relevanten Faktoren ordnen kann, wissen wir zu wenig über die menschliche Sexualität. Ohne biologisches Wissen, psychologische Introspektion und kulturwissenschaftliches Verstehen kommen wir aber nicht einmal zu einem brauchbaren Modell.

Die Rituale der Partnerschaft, die im Folgenden untersucht werden sollen, sind das Vehikel der Verwandlung von Verliebtheit in Liebe, von Rausch in Alltag. Im Aufbau dieser Rituale können die Partner koope-

rieren und auf diese Weise die Gemeinsamkeit der Verliebtheit in eine Form bringen. Diese wird zwei unterschiedlichen Persönlichkeiten gerecht und bewahrt doch einen Abglanz von Verschmelzung und Verbundenheit. Wie sich diese Rituale entwickeln, wie sie unterbrochen oder durch unterschiedliche Deutungen gefährdet werden, entscheidet auch über das Schicksal der Partnerschaft.

Es gibt in der Physik das Gesetz der Resonanz: Schwingungen, die etwas Zweites – etwa den Resonanzkörper der Geige, den Resonanzboden des Klaviers – zum Mitschwingen bringen, werden verstärkt. Ein ähnliches Gesetz gilt in Paarbeziehungen. Partner wirken aufeinander, verstärken Schwingungen, die sie mitbringen. Welche Schwingungen das sind, hängt von den prägenden Einflüssen der frühen Leidenschaften ab – welcher Elternteil, welches Geschwister wurde geliebt, wo entstanden Ängste, wo Bindungen, welche Fantasien wurden geschaffen und als Lebensentwürfe bereitgelegt, um Mängel in dieser frühen Welt voller Passionen und Phobien auszugleichen?

Jedes Kind in der modernen Welt ahnt, dass es mindestens eine zweite Chance gibt. Wenn ich mich jetzt gescheitert und beschämt erlebe, kann ich mich gemeinsam mit einem Liebespartner zu einem neuen Menschen machen!

»Du sollst Vater und Mutter verlassen!«, heißt doch auch: du *darfst* es tun, du darfst Beschränkungen durch Freiheit ersetzen, darfst deine eigene emotionale Welt nach einem Grundsatz bauen, dessen Modell der »Diskursethik« Jürgen Habermas³ beschrieben hat: Gut für die Beziehung ist, worauf sich Partner in einem offenen Gespräch als gut einigen können. Mehr braucht, weniger soll nicht sein.

So kann jedes Paar nach seiner Fassung selig werden. Oder auch nicht – denn wenn einmal der Diskurs zu einer Form, einem Gesetz gefunden hat, kann der eine auf seinem vermeintlichen Recht bestehen, der andere einen neuen Diskurs eröffnen, eine neue Einigung finden wollen. Die Diskursethik ist ein idealistisches Konstrukt, ein Kompass. Sie kann eine Richtung anzeigen, aber die Hindernisse nicht beseitigen, die durch menschliche Sicherheitsbedürfnisse und die in diesen verborgenen Ängste entstehen.

3 Jürgen Habermas, *Theorie des kommunikativen Handelns* (Bd. 1: *Handlungsrationalität und gesellschaftliche Rationalisierung*; Bd. 2: *Zur Kritik der funktionalistischen Vernunft*). Frankfurt am Main 1981

Verliebten sind die Rituale nicht bewusst, die sie aufbauen. Sie leben in einer Welt, die sich jeden Tag neu erschafft. Solange die Rituale noch leicht zu verändern sind, lassen sie sich schlecht erkennen. Sobald aber ihre Gestalt klar wird und volle Aufmerksamkeit auf sich zieht, ist es auch sehr schwierig geworden, sie zu verändern. Denn jede Seite verbindet nun mit ihrer Auffassung Lebensgeschichte, Identität, Selbstgefühl.

Paaranalyse und Paartherapie

Psychotherapeutisches Fachwissen unterscheidet sich von anderen Formen der Wissenschaft. Es wird in einem Dialog mit nicht spezialisierten Gesprächspartnern gewonnen und überprüft. Freud hat über ein Junktum von *heilen und forschen* gesprochen. Junktum heißt, man kann etwas nur verbunden haben oder gar nicht.

In der Tat werden sich Praktiker der unterschiedlichsten »Schulen« darüber einigen können, dass es Sinn macht, nicht eine vorgefertigte Behandlung auf alle Individuen anzuwenden. Es geht eher darum, die Therapie für jeden Patienten neu zu erfinden.

Dies hat illusionäre Qualitäten, ist darum aber nicht weniger kostbar. Auch im persönlichsten Dialog gibt es Routine. Wie in anderen Beziehungsritualen geht es auch in der Therapie darum, dem Patienten ein Gefühl der Einzigartigkeit zu vermitteln, auch wenn er nicht der einzige ist.

Gefühle sind immer neu; der kritische Verstand blickt über sie hinweg und entdeckt Wiederholungen. Beide verbindet das Ritual. Therapie ist ein professionelles Ritual, zu dessen Wesen es gehört, nicht *professionell* zu wirken, sondern *natürlich*⁴.

Ich werde in diesem Buch die Begriffe »Paaranalyse« und »Paartherapie« nicht strikt voneinander abgrenzen. In jeder Therapie sollte es *auch* darum gehen, dass jenes Interesse an den eigenen seelischen Vorgängen geweckt wird, das wir analytisch nennen, weil es sich an den Intellekt richtet und versucht, Ereignisse aus ihrer Geschichte heraus zu verstehen.

Therapeuten können Neurosen vielfach nicht heilen, aber dennoch

⁴ Zu diesem scheinbaren Widerspruch siehe auch W. Schmidbauer, *Helfen als Beruf. Die Ware Nächstenliebe*. Reinbek 1983

ist viel gewonnen, wenn der Patient seine seelischen Grenzen und seine wunden Punkte versteht und angemessener mit sich und anderen umgeht. In der Paaranalyse erweitert sich dieser Auftrag dahingehend, dass sich die Partner in dieser Funktion unterstützen und sich helfen, ihre Rollen in den Liebesritualen möglichst gut auszufüllen.

Analyse ist immer auch therapeutisch. Indem der Analytiker ruhig und wohlwollend bleibt, während der Patient angstvoll wartet, für einen Gedanken bestraft zu werden, den ihm Eltern oder Erzieher dämonisiert haben, fördert er durchaus »suggestiv« die Fähigkeit, angstfrei zu denken. In der praktischen Arbeit des Paaranalytikers mischen sich analytische und therapeutische Interventionen. Analyse ist, wie gesagt, immer auch Therapie, denn ohne die therapeutische Wärme verliert der Patient die Bereitschaft zu seinen freien Einfällen.

Es gibt keine glatte Lösung der Frage, ob Therapie stützen (mit der Gefahr, den Klienten in die Passivität zu führen) oder fordern sollte (mit der Gefahr der Überforderung, die in Rückzug und Verzweiflung führt). Die beste Orientierung bieten nicht idealistische, bewertende Modelle, sondern ökonomische: Wie kann ein Paar mit möglichst wenig Aufwand an Kraft und Zeit möglichst viel Lebensqualität gewinnen? Die Aktivität des Analytikers kann die Aktivität der Klienten nicht ersetzen. Ein Kollege hat in diesem Zusammenhang seine Zuhörer ermahnt, sie sollten sich an die alte Fabel erinnern, dass es produktiver sei, Hungrige fischen zu lehren als ihnen Fische zu schenken.

Im Handwerk des Paaranalytikers spielt aber der geschenkte Fisch seine Rolle so gut wie die Aufklärung über die Kunst des Fischfangs. Der Experte beharrt nicht darauf, dass sich das Paar alles Wissen selbst erarbeitet, er gibt auch von seinem Wissen und seinen Erfahrungen so viel ab, wie gewünscht wird und verdaut werden kann. Das Ziel bleibt, die Störung in den Ritualen der Partnerschaft zu erkennen.

Wenn die Partner das Hindernis verstehen, werden sie im günstigen Fall die Mittel finden, es zu überwinden. Wo das nicht gelingt, können sie sich mit ihm abfinden oder aber trennen. Auch in diesen Fällen kann die Paaranalyse hilfreich bleiben. Sie verhindert die ärgsten Entgleisungen in Hass und Rache, weil sie das Verständnis für menschliche Grenzen und die eigene Mitverantwortung an Konflikten fördert.

Übergangsritual und Paarbildung

In der Kulturwissenschaft hat die Ritualtheorie von Victor Turner einiges Ansehen gewonnen. Der britische Ethnologe baute aus seinen Beobachtungen an südafrikanischen Stammeskulturen schrittweise ein Modell des Rituals, das auch Gesichtspunkte für das Verständnis der Beziehungsrituale eröffnet.

In seiner Feldforschung ging Turner von einer Arbeit des holländischen Völkerkundlers Arnold van Gennep aus, der 1909 die »Riten des Übergangs« (Passageriten) beschrieben hatte⁵. Solche Rituale verändern den Status eines Mitglieds der betreffenden Kultur, sie machen beispielsweise aus einem Kind einen Erwachsenen. Sie sind in vielen Stammeskulturen nach einem ähnlichen Schema organisiert.

Erst einmal werden die Menschen, deren Status verändert werden soll, aus ihrer alltäglichen Umgebung herausgenommen (Separationsritual) und mehr oder weniger lange Zeit getrennt von ihren Familien untergebracht (Seklusionsritual). Diesen beiden Phasen folgen am Ende die Wiedereinführung in die Gesellschaft und die Aufnahme des Alltagslebens in der neuen Rolle.

Turners Erweiterung des klassischen Modells konzentrierte sich auf die Zwischenphase, in der die Initianden weder das eine noch das andere sind. Sie sind »between and betwixt« in einem Grenzzustand, den Turner Liminalität nennt. Sie sind nicht mehr Kinder, aber noch keine Erwachsenen. Sie sind beschnitten, aber die Wunden sind noch nicht verheilt.

Das Fesselnde an Turners Arbeit ist die Erweiterung dieses Konzepts der Liminalität auf Gesellschaften, die gar keine verbindlichen Rituale für den Lebenszyklus mehr haben⁶. In den modernen Gesellschaften werden liminale Phasen eines definierten rituellen Zyklus durch liminoide Zeiten, Räume und Symbole abgelöst, in denen neue Werte, neue Symbole, neue soziale Gebilde entstehen.

In den Stammeskulturen ist die Kreativität, welche in dem limina-

5 Gennep, Arnold van, 1909: *Les rites de passage*. Paris: Nourry [dt. *Übergangsriten*. Frankfurt a. M.: Campus, 1986]

6 Victor Turner, 1969: *The Ritual Process: Structure and Anti-Structure*. Ithaca: Cornell Univ. Pr. [dt. *Das Ritual: Struktur und Anti-Struktur*. Frankfurt a. M.: Campus, 2000]
Ders.: (1982) *From Ritual to Theatre: The Human Seriousness of Play*. New York: Performing Arts Journal Publ.

len Zustand möglich wird, strikt eingebunden und rituell geordnet. Demgegenüber bilden sich in den modernen Gesellschaften Liminalen, in denen Traditionen kritisiert, Neuanfänge gewagt werden. Die Teilnehmer an diesen Liminalen – Beispiele Turners sind die Hippies und der Franziskanerorden – bilden eine Gemeinschaft (*communitas*), die sich gegen die bestehenden Strukturen der Umgebung abgrenzt.

Wollten wir Turner folgen, müsste in der klinischen Psychologie und Psychiatrie die Rede von den »Zwangsritualen« aufgegeben werden, die sich in neurotischen Störungen als Waschzwang, Zählzwang, Kontrollritual äußern. Turner schlägt vor, den Begriff des Rituals unbedingt auf jene Prozesse zu beschränken, die ihre Teilnehmer zumindest der Absicht nach *verändern* und mit einem neuen (spirituellen) Inhalt verbinden sollen. Die Funktion der Rituale in der klinischen Psychologie und in der Psychiatrie ist es hingegen, die Abwehr von Ängsten zu festigen und einen Zustand zu *bewahren*.

Leider werden Kulturwissenschaftler nicht in die Kommissionen berufen, welche diagnostische Systeme in der Medizin festschreiben. Begriffe funktionieren in den unterschiedlichen Disziplinen auf jeweils andere Art. Die Beziehungen zwischen beiden Welten sind sehr distanziert. Daher ist es bisher meines Wissens auch niemandem aufgefallen, wie sehr Turners Theorie die psychoanalytische Praxis als modernes Ritual in einem Grenzgebiet zwischen Stammeskultur und Gesellschaft anzusiedeln hilft. Hat es doch die Historiker der Tiefenpsychologie schon immer verwundert, wie sich im Zusammenhang mit der kritischen Reflexion über das *Unbehagen in der Kultur* Methoden entfalten, die bis in Einzelheiten der schamanistischen Praxis in den Stammeskulturen gleichen.

Es gibt psychoanalytische Schulen und Abtrünnige, es gibt als Analogon der Schamanenkrankheit die in der persönlichen Lehranalyse bearbeitete Neurose des Kandidaten. Es gibt das Ritual der lehranalytischen Tradition, das in einer Art Stammbaum die Lehranalysen aller Analytiker auf Freud zurückführt.

Durch das Ritual der Analyse wird der Patient in einen Zustand versetzt, der dem Liminoid gleicht, das Turner beschreibt. Er ist in der analytischen Situation einem Prozess des Übergangs ausgesetzt und wird aus den Kommunikationsstrukturen des Alltags herausgeholt. Durch die Methode der freien Einfälle auf der Couch ohne visuelle Kontrolle des Gesprächspartners wird er in ein Zwischenreich geführt,

in dem Bisheriges nicht mehr unangetastet gilt, aber auch neue Strukturen noch nicht gefunden sind. In diesem Grenzgebiet spielen sich Veränderungen ab, werden neue Bedeutungen für bestehende Symbole gefunden oder neue Symbole auf die bisherigen Rituale angewendet.

Gibt es auch in der Entwicklung eines Liebespaars solche liminoiden Zustände? Die Phase der wechselseitigen Idealisierung kommt einem Übergangsritual sehr nahe: Die Liebenden ziehen sich von ihren Familien und Freunden in eine eigene, nur ihnen zugängliche Welt zurück und bilden dort eine *communitas*, die sich gegenüber den Strukturangeboten der bisherigen sozialen Umgebung abgrenzt.

Turner beschreibt, dass die sozialen Unterschiede zwischen den Menschen aufgehoben werden, die während des Rituals dem liminalen Einfluss ausgesetzt sind. Ähnlich hebt auch die Verliebtheit die sozialen Unterschiede zwischen den Beteiligten auf. Sie kommunizieren durch die wechselseitige Idealisierung gleichberechtigt, auch wenn sie sich an Lebenserfahrung oder Bildung beträchtlich unterscheiden. Sie bauen eine neue soziale Einheit auf und prägen die in ihr aufwachsenden Kinder, vorausgesetzt, die während dieser liminalen Phase geschaffenen Rituale bleiben stabil genug, die dazu notwendigen Veränderungen zu tragen⁷.

Die Fähigkeit des Paares, den liminalen Zustand zu nutzen und seine Ergebnisse zu kultivieren, hängt von zwei Faktoren ab: der Stabilität der Partner und ihrer Fähigkeit, Kränkungen zu verarbeiten auf der einen Seite, dem Respekt der bisher bedeutungsvollen Personen für die Beziehung auf der anderen.

Volker und Renate⁸ lernen sich gegen Ende ihres Studiums kennen. Sie stammen aus sehr unterschiedlichen Familien. Volker hat kleinbürgerliche Eltern, die seine Wünsche, Künstler zu werden, ablehnen. Renate trägt einen Adelstitel, kommt aber aus instabilen, zerrütteten Verhältnissen, ihr Vater hat sich umgebracht, ihre Mutter ist Alkoholikerin.

7 Wenn in diesem Modell die Liebesbeziehung in ihrem Entstehen, ihrer Fähigkeit, sich zu erhalten, und in ihrem Vergehen als Ritual erscheint und gleichzeitig die kleinen Rituale, welche diese Entwicklung bestimmen, Gegenstand der Analyse werden, entspricht das dem Modell der Chaostheorie, die zum Verständnis vieler Naturvorgänge beigetragen hat. Wie bereits Leonardo da Vinci beschrieben hat, entsteht ein Wirbelsturm aus dem Zusammenwirken vieler kleiner Wirbel.

8 Die Namen sind ebenso wie die Inhalte der Fallbeispiele fiktiv; alle Ähnlichkeiten mit lebenden Personen beruhen auf der Universalität der beschriebenen Konflikte.

Zunächst, in der liminalen Phase, hilft Renate Volker, sich von seinen spießigen Eltern zu distanzieren. Beide gehen ins Ausland, wo Renate dank ihrer kosmopolitischen Verbindungen zu entfernten Verwandten und ihrer Sprachkenntnisse Volker unterstützen kann.

Solange beide mit dem ersten Kind sehr isoliert und stark aufeinander bezogen leben und Volker durch knapp ausreichenden Erfolg mit seiner Arbeit als Bildhauer und Silberschmied die Familie erhalten kann, ist die Ehe stabil.

Dann erhält Volker die Chance, in seiner Heimat eine Professur anzunehmen. Renate ist begeistert von seinem Erfolg, erleidet aber kurz nach der Rückkehr in ihre Heimat nach einer Begegnung mit ihrer demontierten Mutter einen psychotischen Zusammenbruch, von dem sie sich nicht mehr erholt. Volker distanziert sich radikal von ihr, erkämpft das Sorgerecht für das Kind und findet nach relativ kurzer Zeit in eine neue Beziehung.

Tommy und Hilda (vgl. S. 186) kommen aus unterschiedlichen Kulturen und treffen sich als Fremde in einem Land, das weder für sie noch für ihn Heimat ist. Sie führen eine glückliche Ehe, solange beide dort leben und gemeinsam den Vorurteilen trotzen, die sich gegen die Beziehung eines Afrikaners mit einer Weißen richten. Nach der Rückkehr von Tommy in seine ursprüngliche Heimat erlebt Hilda, dass die gemeinsam entwickelten Rituale zum größten Teil verschwinden und ihr Partner versucht, sie nach dem Muster seiner traditionellen Ursprungsfamilie zu dominieren. Er führt in aller Offenheit Beziehungen zu jüngeren Frauen. Hilda gelingt es, sich ein eigenes Leben aufzubauen und auf den größten Teil der gemeinsam aufgebauten Rituale zu verzichten, ohne sich mit Tommy zu verfeinden.

In diesen Beispielen entsteht die Differenz durch die unterschiedlichen Fähigkeiten der Frauen, die Kränkung des Versagens der aufgebauten Rituale zu ertragen. Die Störung im rituellen Kosmos der Paare wurzelt in Einflüssen von außen, gegen die eine bisher funktionierende Grenze nicht mehr schützt (vgl. Kap. 4 in diesem Buch). Ob das Paar diese Störung bewältigen kann oder nicht, hängt weder allein an persönlichen Eigenschaften (wie der Fähigkeit, Kränkungen zu verarbeiten), noch liegt es ganz in der Macht der Irritationen von außen. Den Ausschlag gibt die Interaktion beider.

Die triviale Aussage, dass jedes Menschenleben kostbar ist, spiegelt eine biologische Qualität. Die Evolution investiert viel in die Autonomie jedes Individuums und darf es doch nicht zu autonom werden lassen, um die Fortpflanzung und vielleicht auch die Empathie in die Kinder nicht zu gefährden.

Die Prozesse, durch die Individuen ihre Bedürfnisse nach Autonomie mit jenen nach Nähe und Verschmelzung in Einklang bringen, sind komplex. Ihr Widerspruch spiegelt sich in der Formulierung über den »Autonomie-Abhängigkeits-Konflikt«, die sich oft in psychologischen Texten findet. Die einander widerstrebenden Tendenzen sind aber keineswegs Autonomie- und Abhängigkeitswünsche.

Denn es gibt keine Abhängigkeitswünsche, es gibt nur Verlustängste. Kein Autofahrer wünscht sich die Abhängigkeit von seinem Vehikel, er will nur, dass es ihn bequem ans Ziel bringt. Sobald dieses Ziel durch Parkplatznot charakterisiert ist, wünscht er sich nichts sehnlicher, als dass sein Fahrzeug sich in dem Augenblick in Luft auflöst, in dem er angekommen ist – freilich unter der Bedingung, dass es sich wieder materialisiert, wenn er die Heimfahrt antreten will.

Mit den Abhängigkeitswünschen an Liebesobjekte ist es nicht viel anders. Sie sollen da sein, wenn wir sie brauchen, aber nicht stören, wenn wir unsere Ruhe haben oder uns mit etwas anderem beschäftigen wollen.

Um an diesen Stellen nicht stets neue Konflikte zu riskieren, bilden sich Rituale. Ihre tieferen Schichten sind verborgen wie bei Gesteinen, die sich an der Oberfläche gleichen und doch unterschiedlich stabil sind. Wo die Kontinentalschollen aneinander reiben und glutflüssige Magma nach oben dringt, brechen Vulkane aus; unterirdische Spannungen entlasten sich in Erdbeben.

Menschen wie Renate und Volker (s. o.) können sich gut gegen die Widerstände einer feindlichen oder doch desinteressierten Umwelt behaupten. Dass es gelingt, Aggressionen in einem gemeinsamen Kampf gegen eine spießige Ursprungsfamilie zu erleben, befreit die eigene Beziehung von solchen Gefahren. In einem liminalen Zustand sind beide Partner Kämpfer Seite an Seite, sie schlagen sich zusammen und erholen sich zusammen. Sie sind gleich viel wert, sie genießen ihre Siege gemeinsam und trösten sich gegenseitig in ihren Niederlagen. Der liminale Zustand wird zu einem eigenen Ritual. Der gemeinsame Nestbau, das gemeinsame Erlernen einer Sprache in dem Land, in das ein

Paar ausgewandert ist, das Einrichten einer Wohnung, der Erfolg eines gemeinsam geführten Unternehmens sind Rituale, deren Bindungskraft gerade dann weit unterschätzt wird, wenn es bewusst darum zu gehen scheint, das Ritual abzuschließen und das Erreichte zu genießen.

Im Fall von Volker und Renate war es genau der von beiden bewusst ersehnte Erfolg, die Stelle als Professor in einer Kunstakademie, die Renate erschütterte und ihre Kränkungsverarbeitung überlastete. Bisher war in der Fantasie beider jeder künstlerische Erfolg ein gemeinsamer, Renate war sein liebstes Modell, seine Muse, die Frau an seiner Seite, ohne die Volker niemals den Schritt gewagt hätte, sich als Künstler zu riskieren.

In jedem von uns steckt etwas von dem Wirt Butterblume, der in Tolkiens Geschichte über den Herrn der Ringe ein Gasthaus an der Grenze zwischen dem Land der Hobbits und dem der Menschen betreibt. Er ist so vergesslich, dass er seinen eigenen Namen nicht wüsste, wenn ihn nicht seine Gäste ständig rufen würden. Der Wirt Butterblume ist ein Symbol für unser narzisstisch bedürftiges Ich, das sich selbst nicht mehr gut genug finden kann, wenn ihm das nicht ständig von außen gesagt wird. Ohne Bestätigung durch Erfolg und Liebe sitzen wir da wie der arme Wirt, der auf einmal nicht mehr weiß, wie er heißt und was er soll.

Wer als Kind gut mit Bindung und Zuwendung versorgt wurde, kann sich ein plötzliches Mangelereben eingestehen, auch wenn er keine vernünftigen Gründe dafür findet. Er kann darüber mit seinem Partner kommunizieren und herausfinden, welche bisher tragenden Rituale plötzlich nicht mehr funktionieren. Aber eine Person wie Renate kann das nicht. In ihrem Selbstbild spielt es eine große Rolle, bescheiden zu sein und doch einem uralten, stolzen und seiner Überlegenheit sicheren Geschlecht anzugehören. Sie betont etwas zu oft, dass Gräfin doch nur ein Teil des Namens sei und der schöpferische Mensch immer wichtiger als sein Titel.

Unbewusst hat sie großzügig Volker mit ihrem Titel geschmückt und sich mit seiner künstlerischen Arbeit. Es war ein fairer Tausch. Jetzt brauchte Volker sie nicht mehr. Und wenn sie ihm nichts mehr geben konnte, weil jetzt die Akademie seine Muse war und sie eine Professorengattin unter vielen, dann bedeutete sie auch nichts mehr. Und weil sie nichts bedeutete, war sie erotisch nicht mehr attraktiv. Sie zog sich von Volker zurück. Als er sich beklagte, sagte Renate: »Du hast

doch so viele Studentinnen, die dir gerne Modell stehen würden und die viel hübscher sind als ich!«

Volker war tief gekränkt. Er war nicht der Mann, in Renates Vorwürfen die unterdrückten Wünsche zu entschlüsseln. Sie erinnerte ihn jetzt an seine unglückliche Mutter, die gerne studiert hätte und immer behauptete, es sei ihr wegen der Kinder und wegen der Sturheit ihres Vaters und ihres Ehemanns nicht möglich gewesen – die dann aber doch den Vater unterstützte, wenn er tobte, für brotlose Künste und verkrachte Existenzen gebe er nichts von seinem hart verdienten Geld.

Volkers Sehnsucht nach dem Gegenbild seiner Mutter trug dazu bei, dass er keinen Schlüssel zu Renates Geheimnis fand, die umso abweisender wurde, je mehr sie seine Zuwendung brauchte. Renate ihrerseits geriet durch ihre Geste, Volker zu den vermeintlich attraktiveren Studentinnen zu schicken, in wachsende Not. Sie fühlte sich alt und verbraucht. Sie begann Volker dafür zu hassen, dass er sie fallen gelassen hatte. Er hatte sie ausgepresst wie eine Zitrone und weggeworfen.

Renate konnte nicht mehr schlafen und wurde nach einem Selbstmordversuch – sie sprang vom Balkon im zweiten Stock – zuerst in die Unfallchirurgie und danach in eine psychiatrische Station gebracht. Dort wurde allmählich der Inhalt ihres Wahns deutlich. Sie glaubte sich in eine politische Intrige verstrickt, in der sie als Tochter eines Widerstandskämpfers von einer geheimen Organisation ehemaliger SS-Männer verfolgt wurde. Ins Grandiose gesteigert, um ihre drohende Bedeutungslosigkeit für Volker abzuwehren, war Renate in ihre Ursprungsfamilie heimgekehrt und inszenierte dort ein Ritual von Opfermut und Erlösungswunsch. Ihr Tod sollte das Zeichen sein, das die Welt endlich auf die Macht der Nazi-Verschwörer aufmerksam machte.

Diese Skizze über die Entgleisung des Rituals in der Beziehung von Volker und Renate belegt, wie wenig sich angesichts der Macht des Unbewussten Ursache und Wirkung einschätzen lassen, wenn wir nur dem gesunden Menschenverstand folgen. Dieser würde doch erwarten lassen, dass eine Beziehung gefestigt triumphiert, wenn ein gemeinsames Ziel – die Professur an der Kunstakademie – erreicht wird, während sie zerbricht, sobald deutlich wird, dass sich der im liminalen Zustand gleichberechtigte Teampartner in einen selbstsüchtigen Schürzenjäger verwandelt, wie es in der Geschichte von Tommy und Hilda geschieht (s. S. 186f.).