

Unverkäufliche Leseprobe aus:

**Jorge Bucay**

**Das Buch der Begegnung**

Wege zur Liebe

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

# Inhalt

EINLEITUNG .....	9
<i>Die Allegorie von der Kutsche II</i> .....	12
1. Teil: Geschichte .....	15
<i>Die Bedeutung der Begegnung in der heutigen Welt</i> .....	17
<i>Der Mensch: Einsamer Wolf oder soziales Wesen?</i> .....	23
2. Teil: Vertikale Begegnungen .....	53
<i>Über die Liebe</i> .....	55
<i>Intimität, eine große Herausforderung</i> .....	85
<i>Die Liebe zu den Kindern</i> .....	97
<i>Die Liebe zu sich selbst</i> .....	134
3. Teil: Horizontale Begegnungen .....	149
<i>Sexualität – eine besondere Begegnung</i> .....	151
<i>Die Liebe in der Partnerschaft</i> .....	211
AUSBLICK .....	259

## Die Bedeutung der Begegnung in der heutigen Welt

*Wir leiden an einer Art emotionaler Verkümmernng, die uns zu bestimmten selbstzerstörerischen Verhaltensweisen treibt, im öffentlichen Leben genauso wie im privaten.*

*Wir müssen einen Weg finden, der uns die Möglichkeit gibt, seelisch intakter zu sein, und dieser Weg ist aufs engste mit der Liebe und der Spiritualität verbunden. Die Liebe ist der beste Ausdruck für die seelische Gesundheit des Menschen. Sie ist das genaue Gegenteil von Aggression, Angst und Paranoia, die ihrerseits der krankhafte Ausdruck dessen sind, was uns voneinander trennt.*

Claudio Naranjo, *Clan* (1984)

Wenn in diesem Buch von *Begegnung* die Rede sein wird, meine ich damit die Entdeckung, die Erschaffung und das fortwährende Erleben eines *Wir*, das über die Struktur des Ich hinausgeht. Diese Erschaffung des *Wir* fügt der reinen Summe von Du und Ich einen überraschenden Wert hinzu.

Ohne Begegnung gibt es keine seelische Gesundheit. Ohne die Existenz eines *Wir* ist unser Leben leer, auch wenn unser Haus, unsere Schränke und unser Safe voller Kostbarkeiten sein mögen.

Und dennoch verführt uns das Bombardement der Medien dazu, unsere Häuser, unsere Schränke und unsere Safes mit

Dingen zu füllen und daran zu glauben, dass alles andere altmodisch und sentimental sei.

Die intellektuellen Skeptiker, die angeblich die Weisheit für sich gepachtet haben, sind nur allzu gerne bereit, jene lächerlich zu machen und von oben herab zu betrachten, die aus dem Herzen, dem Bauch oder der Seele heraus sprechen, die das Fühlen über das Denken stellen, Spiritualität über den Ruhm und das Glück dem Erfolg vorziehen.

Wenn einer von Liebe spricht, ist er unreif. Sagt einer, er sei glücklich, ist er naiv oder oberflächlich. Ist er großzügig, macht er sich verdächtig. Hat er Vertrauen, ist er ein Dummkopf, und ist er optimistisch, schimpft man ihn einen Idioten. Und ist er eine Mischung aus all dem, dann behaupten die angeblichen Bewahrer des Wissens – unfreiwillige Steigbügelhalter des dilettantischen Konsums –, er sei ein Lügner, ein unreflektierter, unseriöser Heuchler (ein Scharlatan, würde man in Argentinien sagen).

Viele dieser in hierarchischen Strukturen verhafteten Denker sind Vertreter einer Hochnäsigkeit, die sich für zu bedeutend hält, als dass sie sich ihre eigene Verunsicherung oder ihr eigenes Unglück eingestehen würde.

Andere sind vollständig in ihrer Identität gefangen und nicht bereit, ihren Elfenbeinturm zu verlassen, aus Angst, man könnte entdecken, wie gleichgültig ihnen die anderen sind.

Fast allen jedoch, die sich hinter den Mauern ihrer Eitelkeit verschanzen, fällt es schwer, zu akzeptieren, dass andere, die aus anderen Richtungen kommen, völlig andere Lösungen vorschlagen.

Und doch lässt sich die mangelnde Wertschätzung des Beziehungs- und Gefühlslebens nicht länger aufrechterhalten. Die

Wissenschaft liefert immer neue Belege dafür, wie wichtig der Zugang zu unseren Gefühlen für die Erhaltung und Wiederherstellung der Gesundheit ist und dass es eine *Notwendigkeit* ist, in lebendigem Kontakt mit anderen zu sein. Die Forschungen und Schriften von Carl Rogers, Abraham Maslow, Margaret Mead, Fritz Perls, David Viscott, Melanie Klein, Desmond Morris und in jüngerer Zeit Dethlefsen, Dahlke, Buscaglia, Goleman, Watzlawick, Bradshaw, Dyer und Satir zwingen uns, unser primitives Denkschema von Ursache und Wirkung zu revidieren, auf die Medizin und Psychologie traditionell zurückzugreifen, um Gesundheit und Krankheit zu erklären.

Doch wenn wir unsere Umgebung und unser eigenes Inneres betrachten, können wir die Beunruhigung, wenn nicht gar Angst spüren, die eine mögliche neue Begegnung in uns auslöst. Warum? Zum einen, weil jede Begegnung ein gewisses Maß an Zuwendung, Einfühlungsvermögen, Zusammengehörigkeit, gegenseitiger Verbindlichkeit und folglich Verantwortung voraussetzt.

Aber auch und vor allem, weil es bedeutet, sich mit einer unserer größten Ängste auseinanderzusetzen, vielleicht der einzigen, vor der wir uns noch mehr fürchten als vor der Einsamkeit: der Angst vor Zurückweisung und Verlassenwerden.

Ob nun aus Angst oder aus einer Konditionierung heraus, fest steht, dass es uns zunehmend schwerfällt, Bekannten wie Unbekannten zu begegnen.

Das Modell einer beständigen Partnerschaft oder Familie wird mehr und mehr zur Ausnahme von der Regel. Lebenslange Freundschaften oder Ehen sind »aus der Mode gekommen«.

Zufällige, zwanglose Begegnungen und unverbindliche sexu-

elle Beziehungen werden ohne weiteres akzeptiert und von Experten wie Laien sogar als Ausdruck eines vorgeblich freieren und fortschrittlicheren Lebens empfohlen.

Individualismus erscheint mit sozialem Denken unvereinbar, insbesondere bei jenen Kleingeistern, die gesellschaftliche Strukturen im Grunde verachten oder aber in einer Art solidarischem Fundamentalismus daran festhalten, der das regulieren soll, von dem man nicht weiß, wie man ansonsten damit umgehen soll.

Die Statistiken sind nicht vielversprechend. In Argentinien gab es zwischen 1993 und 1998 ebenso viele Scheidungen wie Eheschließungen. Fast die Hälfte aller Kinder in den großen Städten lebt in Haushalten, in denen einer der biologischen Elternteile abwesend ist, eine Zahl, die mit Sicherheit noch weiter ansteigen wird, wenn – so sind die Aussichten – zwei von drei Ehen geschieden werden.

Die Statistiken zur Individualpathologie sind nicht weniger beunruhigend: steigende Depressionsraten bei Jugendlichen und alten Menschen, zunehmende Vereinsamung, zu wenig Begegnungsmöglichkeiten und abnehmende Angebote für einsame Menschen jeden Alters.

Ob mit oder ohne Hilfsinitiativen: Paarbeziehungen sind immer konfliktbeladener, Beziehungen zwischen Eltern und Kindern immer angespannter, Beziehungen zwischen Geschwistern immer weniger tragfähig und Beziehungen unter Arbeitskollegen zunehmend von Konkurrenz geprägt.

Um es mit Allan Fromme zu sagen: »Unsere Städte mit ihren Wolkenkratzern und ihrer enormen Überbevölkerung sind der größte Nährboden der Einsamkeit. Nirgendwo ist man einsamer als in New York City an einem Wochentag zur Rush Hour, umgeben von zwanzig Millionen Menschen, die genauso einsam sind.«

Es liegt in unserer Verantwortung, eine Lösung für diese Situation zu finden und etwas an ihr zu ändern, für uns selbst und für die, die nach uns kommen.

Worin liegt die Herausforderung dieses Wegs?

Sich immer wieder bewusst zu machen, wie komplex die Beziehung zwischen zwei oder mehr einzigartigen, unterschiedlichen und selbstabhängigen Individuen ist, die beschließen, eine ernsthafte Verbindung einzugehen.

Wer sich entschließt, diesen Weg zu gehen, sollte darauf vorbereitet sein, dass er die Vorwürfe jener aushalten muss, die ihn noch nicht gegangen sind und ihn niemals gehen werden und die in ihm bestenfalls einen sentimentalischen Träumer sehen.

Zu lernen, in Beziehung zu anderen zu leben, ist eine schwierige Aufgabe, man könnte beinahe sagen, es sei eine Kunst, für die es spezielle, knifflige Techniken braucht. Diese müssen zunächst erlernt und eingeübt werden, ehe man sie adäquat beherrscht. So wie ein Chirurg nicht operieren kann, solange er keine Approbation hat. So wie ein Architekt zunächst Erfahrung sammeln muss, bevor er ein großes Gebäude baut, und ein Koch jahrelang in der Küche stehen muss, bis er weiß, wie er am besten kocht.

Und das ist so, weil jeder Mensch ein großes Rätsel ist. Und auch unsere Beziehungen sind ein Geheimnis – fröhlich oder dramatisch, aber immer unvorhersehbar.

Leo Buscaglia erzählt von einem jungen Mann, der unbedingt lernen will, wie er an die Mädchen aus seinem Unikurs herankommt, und deshalb in eine Buchhandlung geht, um einen entsprechenden Ratgeber zu suchen. Auf einem unscheinbaren Regal ganz hinten in der Buchhandlung entdeckt er ein Buch, dessen Titel ihn anspricht. Es heißt *Leidenschaft – Liebe*. Der junge Mann kauft den dicken Wälzer, um zu Hause festzustellen, dass er den einzelnen Band eines Lexikons gekauft hat.

Ich schrieb einmal, ein Buch zu lesen sei, wie einem Menschen zu begegnen. Es gibt überraschende Bücher und langweilige Bücher, Bücher, die man einmal liest, und Bücher, die man immer wieder zur Hand nimmt. Bücher schließlich, die tiefgründiger sind als andere.

Heute, zwanzig Jahre später, sage ich das immer noch, aber von einem anderen Standpunkt aus:

Einem Menschen zu begegnen ist, wie ein Buch zu lesen.

Ganz gleich, ob diese Begegnung gut, durchschnittlich oder schlecht ist: Sie gibt mir etwas, bringt mich weiter, lehrt mich etwas. Wenn eine Beziehung scheitert, liegt es nicht daran, dass der andere schlecht, untauglich oder unfähig wäre.

Scheitern, wenn wir es so nennen wollen, ist der Begriff, den wir verwenden, um zum Ausdruck zu bringen, dass die Beziehung nicht länger tragbar für einen von beiden ist. (Wir sind nicht jederzeit für jeden geschaffen, und nicht jeder ist jederzeit für uns geschaffen.)

Jede einzelne Begegnung in meinem Leben ist wie ein Buch, das ich gelesen habe: Eine Lektion des Lebens, die mich zu dem gemacht hat, der ich heute bin.