

Verena Kast

Paare

Wie Beziehungsphantasien
unsere Liebe prägen

Patmos Verlag

VERLAGSGRUPPE PATMOS

PATMOS
ESCHBACH
GRÜNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN
VER SACRUM

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben

Für die Verlagsgruppe Patmos ist Nachhaltigkeit ein wichtiger Maßstab ihres Handelns.
Wir achten daher auf den Einsatz umweltschonender Ressourcen und Materialien.

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](http://dnb.d-nb.de) abrufbar.

Alle Rechte vorbehalten

© 2019 Patmos Verlag

Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern

www.patmos.de

Neuausgabe des 2015 erschienen Taschenbuchs *Paare. Wie Phantasien unsere
Liebesbeziehungen prägen* (1. Auflage 1984 erschienen unter dem Titel *Paare.
Beziehungspantasien oder Wie Götter sich in Menschen spiegeln*).

Umschlaggestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart

Gestaltung, Satz und Repro: Schwabenverlag AG, Ostfildern

Druck: CPI books GmbH, Leck

Hergestellt in Deutschland

ISBN 978-3-8436-1191-6

Inhalt

Einleitung zur Neuauflage 2019	7
Vorwort	9
Beziehungsphantasien und Götterpaare	11
An der Fähre zum anderen Ufer	11
Mythen als Modelle	22
Shiva und Shakti: Das Beziehungsideal des Einander-ganz-Gehörens	25
Bilder der Sehnsucht	25
Das Werden der Beziehung als Schöpfungsmythos	27
Möglichkeiten und Probleme der Shiva-Shakti-Beziehungsphantasie	35
Die Sehnsucht nach der sprachlosen Liebe	43
Die Trennung als Problem	46
Pygmalion – ein Zwischenspiel: Von der Sehnsucht, sich einen Partner nach seinem Bilde zu formen	55
My Fair Lady	55
Ishtar und Tammuz: Die Liebesgöttin und ihr jugendlicher Held	71
Frühling und Tod	71
Der Rosenkavalier: eine Darstellung in der Literatur	76
Mütter und Söhne	81
Die mütterliche Geliebte und der Sohn im Traum eines Mannes	84
Der Mythos im Beziehungsmuster zweier Frauen	85

Zeus und Hera: Rivalisieren als Beziehungsmuster	89
Streit-Paare	89
Olympischer Ehestreit	92
Entwicklungsmöglichkeiten eines Streit-Paars	99
Merlin und Viviane: Der alte Weise und das junge Mädchen ..	107
Merlins Verzauberung in der Weißdornhecke	107
Viviane als gelehrte Nymphe	117
Die gegenseitige Belebung	119
Merlin und Viviane in der Imagination einer jungen Frau	123
Hatem und Suleika: das Thema bei Goethe	127
Montauk: das Thema bei Max Frisch	136
Das Beziehungsmuster »älterer Mann – junges Mädchen« als Ablösung des Zeus-Hera-Musters	137
Innere Trennungen	142
Bruder Mann und Schwester Frau: Die Beziehungsphantasie der Solidarität und der Gleichwertigkeit	149
Der neue Beziehungstraum	149
Shulamit und Salomo	153
Die bezogene Existenz	157
Der Traum von der heiligen Hochzeit	159
»Anima« und »Animus« oder: Die Sehnsucht nach dem ganz Anderen	165
Anima und Animus in der Projektion: Wir verlieben uns	166
Wandlungen eines Konzepts	169
Anima und Animus bei Mann und Frau	170
Anima und Animus: Archetypen der Bindung und der Beziehung	173
Symbole von Anima und Animus: Phänomenologie	174
Anima und Animus als Paar	176
Die Sehnsucht nach dem ganz Anderen	178
Anmerkungen	180

Einleitung zur Neuauflage 2019

Ich freue mich sehr darüber, dass der Patmos Verlag eine neue Ausgabe dieses Buches angeregt hat. Die mythologischen Geschichten, die Muster sind für unsere Beziehungsphantasien, haben sich natürlich nicht verändert. In mythologischen Geschichten werden universelle Themen behandelt, die mit Grundbedürfnissen des menschlichen Lebens korrespondieren. Geschichten von Liebe und Trennung, von der Verbindung von Gegensätzen, aber auch von der Sehnsucht nach dem ganz Anderen gehören zum Erzählschatz der menschlichen Kultur, aber auch zum Phantasieschatz von uns allen. Geschichten, die uns erzählt werden, bringen uns dazu, unser Leben in Resonanz auf diese Geschichten zu erleben, unser Leben beeinflusst aber auch die Geschichten, die wir erzählen.

So sind denn auch in diesem neu aufgelegten Buch die Geschichten dieselben geblieben. Neu geschrieben habe ich das letzte Kapitel, in dem ich mich mehr theoretisch mit dem Konzept von Anima und Animus von C. G. Jung auseinandersetze. In dieses Kapitel sind meine Forschungen der letzten fünfundzwanzig Jahre eingeflossen.

Ich bedanke mich beim Patmos Verlag und vor allem bei Frau Dr. Christiane Neuen dafür, dass dieses Buch, das mir sehr lieb ist, wieder erhältlich sein wird.

St. Gallen, im Mai 2019

Verena Kast

Vorwort

In Beziehungsphantasien, die wir vor allem in Zeiten großer Verliebtheit pflegen und auskosten, wird der Partner idealisiert, idealisieren wir aber auch die Seiten in uns, die der Partner anspricht. Diese Idealisierung entspricht dem Wesen der Liebe. Sie bewirkt, dass unsere besten Möglichkeiten entbunden werden und wir uns über unser Gewordensein hinaus verändern können. Solche Phantasien liegen jeder Beziehung zugrunde, auch wenn sie uns nicht bewusst werden.

In meiner Arbeit mit Trauernden fällt mir immer wieder auf, dass die Menschen leichter in den Verlust einwilligen können, die recht klar wissen, welche Phantasien sie mit dem verstorbenen Partner in der Zeit ihrer lebendigsten Beziehung verbunden haben, die aber auch sehen, welche Aspekte ihrer Persönlichkeit dieser Partner in ihnen bevorzugt erkannt und damit auch zum Leben verleitet hat. Sie fühlen sich nicht nur beraubt, sie spüren ausdrücklich, was der Partner in ihnen belebt hat und was ihnen auch durch seinen Tod nicht genommen werden kann.

Oft ist es gerade der entscheidende Schritt in der Trauerarbeit, diese Beziehungsphantasien, die sich natürlich im Laufe eines Lebens wandeln, freizulegen, damit die Bedeutung der Beziehung für den eigenen Entwicklungsprozess und das eigene Leben sichtbar wird.

Diesen zunächst idealisierenden Beziehungsphantasien liegen die mythologischen Bilder der heiligen Hochzeit zugrunde – wie sie Shiva und Shakti, Ishtar und Tammuz, Zeus und Hera miteinander feiern –, in der die Vereinigung von Himmel und Erde dargestellt wird, um den Ursprung allen Lebens zu bewirken und die Fruchtbarkeit des Lebens zu erhalten.

Ausgehend von den Mythen der heiligen Hochzeit möchte ich zeigen, wie menschliche Beziehungen, dargestellt in Beziehungsgeschichten, in Träumen, in der Phantasie, in der Literatur, diese Götterpaare spiegeln. Mythen sind Geschichten, die uns Orientierung geben können.

Ich möchte in diesem Buch dazu anregen, die Beziehungsphantasien und ihre große Bedeutung innerhalb der Partnerschaft, aber auch intrapsychisch wahrzunehmen, und möchte zeigen, dass die Liebe in jedem Partner Bilder des Weiblichen und des Männlichen in einer besonderen Verbindung weckt und damit das Gefühl der Ganzheit, aber auch das Gefühl der Lebendigkeit und der Schöpfungswonne.

In Beziehungsphantasien scheinen sich »Anima« und »Animus« in ihrer Verbundenheit auszudrücken. Diese Begriffe von C. G. Jung werden im letzten Kapitel dargestellt und diskutiert. Das vorliegende Buch ist auf dem Hintergrund meiner Sicht von Anima und Animus geschrieben, ohne dass ich die Begriffe im Text verwende.

Es geht mir darum, den göttlichen Paaren mit ihren Beziehungsgeschichten in der Seele des Menschen nachzuspüren und zu zeigen, welche Bedeutung sie für unsere Beziehungen und für unsere eigene Entwicklung haben.

Besonders wichtig ist mir dabei, den Wandel der Beziehungsphantasien in seiner Problematik und in seiner Fruchtbarkeit für das gelebte Leben zu bedenken, da Beziehungsphantasien unseren tiefsten Sehnsüchten entsprechen, die, wenn wir sie nicht wahrnehmen, sich als Vorwürfe an den Partner äußern.

Allen denen, die an den Ideen dieses Buches mitgedacht und mitphantasiert haben, möchte ich danken, vor allem auch denen, die mir erlaubt haben, einen Teil ihrer Geschichte, ihre Träume und ihre Phantasien in diesem Buch zu verwenden. Mein besonderer Dank gilt Hildegunde Wöller, die ursprünglich dieses Buch mit angeregt und liebevoll-aufmerksam lektoriert hat, und Frau Dr. Christiane Neuen für die Idee, dieses Buch neu herauszugeben.

Beziehungsphantasien und Götterpaare

Denn das Leben ist die Liebe;
Und des Lebens Leben Geist.

SULEIKA

An der Fähre zum anderen Ufer

Die Bilderfolge eines Traums kann gleich zu Beginn eine Vorstellung davon geben, wie eine Beziehungsphantasie aussehen kann:

»Ich verließ unsere bergige Landschaft und wanderte hinaus, einen Fluss entlang. Ich fühlte mich allein und auch frei, aber das Gefühl der Heimatlosigkeit überwog das Gefühl der Freiheit. Ich schaute mich immer wieder um, ob ich denn nicht wenigstens einen vertrauten Menschen sehen könnte. Ich kannte niemanden. Es waren aber Männer da, die ich fürchtete, weil sie so brutal wirkten, und es waren überhaupt Menschen da, die alle in sich gekehrt wirkten, von mir keine Notiz nahmen. Langsam wurde mir klar, dass ich nicht bedroht war, außer davon, dass mich niemand zur Kenntnis nahm ...

Dort, wo sonst eine Brücke über den Fluss führte, war – wie wohl in alten Zeiten – eine Fährfrau. Bei ihr war ein junger Mann. Die beiden schienen sich sehr zu lieben, ohne dass das durch Gesten zum Ausdruck gebracht wurde. Es war einfach sichtbar. Er war jung – irgendwie auch alt – und wirkte wie ein junger Mann, dem immer wieder etwas einfällt. Sie war wunderschön, fremdländisch, sehr behutsam und ganz konzentriert auf ihre Arbeit. Die beiden waren überhaupt sehr konzentriert auf ihre Arbeit.

Mich packte eine ungeheure Sehnsucht, zu ihnen zu gehören, von ihnen akzeptiert zu sein. Solange ich auf dem Schiff blieb, war ich in ihrer Atmosphäre, fühlte diese Geschlossenheit und dieses Zusammengehören der beiden und dieses gemeinsame Sich-einer-Sache-Hingeben.

Langsam erwachte ich, aber ich versuchte, das Erwachen noch hinauszuzögern. Eine tiefe Trauer erfasste mich: Die beiden würden auch getrennt werden, sie würden auch keine Einheit bleiben können. Und dann gelang es mir wieder, die Atmosphäre dieses Einsseins zurückzuholen ... Die beiden wirkten nicht wie Menschen, sie wirkten wie Mensch gewordene Götter ...«

Dieser Traum wurde von einem achtundzwanzigjährigen Mann geträumt, der am Abend zuvor eine Frau kennengelernt hatte, die ihn sehr faszinierte. Er hatte einen Teil der Nacht damit zugebracht, Beziehungsphantasien mit dieser Frau zu gestalten: Er stellte sich vor, wie er sie das nächste Mal treffen, was er ihr sagen wollte. Er stellte sie sich auch visuell vor, versuchte, ihr Bild aus dem Gedächtnis zurückzuholen. Er sah sich mit ihr in verschiedenen Situationen als Paar, versuchte, sich Gespräche zwischen ihnen auszudenken, erfand Kosenamen für sie und dachte sich auch aus, welche Kosenamen sie für ihn erfinden könnte ... Als er dann doch endlich schlief, hatte er den geschilderten Traum, der ihn tief bewegte und beschäftigte. Ganz besonders berührt war er von diesem Paar, das ihm so göttlich – und doch auch menschlich – vorkam. Was ihn aber besonders faszinierte, waren nicht nur die einzelnen Gestalten, die ihm beim Erwachen visuell gar nicht sehr präsent waren, sondern vielmehr das Zusammenspiel der beiden. Das kommt schon in seiner Beschreibung zum Ausdruck. Die »Einheit«, das »Einssein« der beiden, wie sie »gemeinsam sich einer Sache hingeben«, das sind die Worte, die er hervorhebt, als er das Traumerlebnis beschreibt. In seinen Assoziationen sagt er immer wieder: »Ich hatte ein Gefühl von Ganzsein, deshalb wollte ich auch nicht erwachen, das ist ›Ganzheit‹, und das ist auch ›Geheimnis‹. Dieses Paar bedeutet für mich ein faszinierendes Geheimnis, es hat die Möglichkeit, mir etwas ganz Neues in meinem Leben zu zeigen; ich kann etwas Neues erfahren, das geht weit über das hinaus, was ich bis jetzt erlebt habe.«

Dass er mit dem Paar etwas ganz Neues erfahren kann, ist in dem Bild der Überfahrt über den Fluss, zu einem neuen Ufer, bereits ausgedrückt. Ebenso sehr ist aber im emotionalen Fasziniert-

sein durch dieses Paar – was ihn dazu bringt zu sagen, es seien Götter, zu den Menschen herabgestiegen – eine Qualität des Transzendierens, des Überschreitens der alltäglichen Lebensqualität angedeutet.

Das Paar erinnert ihn nicht an seine Phantasien, die er während der Nacht, bevor er den Traum träumte, ausgesponnen hatte: Die Fährfrau habe der Frau, die ihn am Tag zuvor so fasziniert hatte, nicht geglichen, wenigstens könne er das nicht behaupten. Er wäre schon gerne wie der junge Mann in dem Traum, der auch weise gewesen sei und auf ihn den Eindruck gemacht habe, dass ihm in jeder Situation etwas einfalle. Aber er sei nicht etwa so ein überaus tüchtiger Typ gewesen, wie man ihn im Alltag oft treffe, eher ein meditativer, aber auch ein pfiffiger Mann, einfach ein sehr lebendiger.

So lebendig fühle er sich auch, seit er diese Frau kenne, und so, wie die beiden miteinander sich auf ihre Aufgabe konzentriert hätten, so wolle auch er eine Beziehung leben können, das sei sein Ideal. Aber die beiden im Traum seien so ganz und gar außergewöhnliche Menschen gewesen, wenn man sie überhaupt als Menschen bezeichnen könne, und er selbst sei doch nicht so ungewöhnlich, sie stellten wohl wieder eines seiner hohen Ideale dar.

Auch beschäftigt den Träumer sehr, dass er im Traum aus einer Gegend wegging, die ihm vertraut war, in der er sich »beheimatet« fühlte. Die aufbrechende Liebe wird im Traum auch als das Verlassen der Landschaft seiner Jugend dargestellt. Der Traum zeigt weiter, wie sehr er sich zunächst allein fühlt, wie dieser Aufbruch nicht nur Freiheit bringt, sondern auch Ungeborgenheit, dass er mit Angst verbunden ist, vor allem auch mit der Angst, in der neuen Umgebung nicht mehr genug beachtet zu werden. Diese Traum-szenen können natürlich auch so verstanden werden, dass alle Personen, die im Traum auftreten, als Persönlichkeitsanteile des Träumers aufgefasst werden: dass also die brutalen Männer – oder die vermeintlich brutalen Männer – brutale männliche Aspekte von ihm selbst wären, die in dieser Situation der Unsicherheit, die der Aufbruch bedeutet, sich zeigen. Er hat beispielsweise Angst, in

einer sehr ausgesetzten Situation auch brutal werden zu können. Aber er bleibt in dem Traum nicht beim ängstigenden Aspekt stehen: Er folgt einem Fluss, den er sehr gut kennt und bei dem er auch weiß, wo sich die Brücken befinden. Doch als er an die Stelle des Flusses kommt, wo man ihn überqueren kann, gibt es hier – im Unterschied zur Realität – keine Brücke mehr. Der Heimatfluss hat sich verändert. Statt der Brücken gibt es ein »Fährpaar«. Dieses Paar setzt ihn ans andere Ufer über – zu neuen Möglichkeiten.

Dieser Traum ist wohl ausgelöst durch die Verliebtheit, die am Vortag in ihm aufgebrochen war, und durch die lebhaften Phantasien, die sich daran anschließend entwickelt haben: Seine Phantasien sind typisch für den Zustand des Verliebtseins, in diesem Zustand sind sie wohl auch am lebendigsten, am farbigsten, der Verliebte ist schöpferisch. Aber nicht nur im Zustand des Verliebtseins haben wir Beziehungsphantasien: wir phantasieren ständig um unsere Beziehungen. Die meisten Romane haben mit Beziehungsphantasien des Autors zu tun, und aus der Literatur wird auch ersichtlich, dass der gleiche Autor viele verschiedene Beziehungsphantasien haben kann.

Auch unser Träumer hatte verschiedene Beziehungsphantasien, spielte sie gleichsam durch und versuchte wohl herauszufinden, welche von ihnen ihm am meisten Freude machten, wohl auch, welche ihn am meisten als Person erfassten, erfand er doch Kosennamen, die die Frau für ihn erfinden sollte, verwarf sie wieder usw.

Es ist typisch für Beziehungsphantasien, dass wir nicht nur den Partner oder einen möglichen erwünschten Partner phantasieren, sondern dass wir mehr oder weniger bewusst auch uns selbst als eine Figur dieser Beziehungsgeschichte sehen. Wir sehen uns auch so, wie wir für diesen geliebten Menschen sein möchten, sein könnten.

Der Träumer drückt das aus, wenn er sagt, er möchte schon so sein wie der junge Mann, meditativ, pfiffig, lebendig. Und indem er sagt, dass er sich so lebendig fühle, seit er diese Frau kenne, drückt er aus, dass in der Faszination durch diese Frau eine lebendige, pfiffige, aber auch weise Seite in ihm zum Leben drängt.

Diese Frau könnte seine pfiffige, lebendige Seite aus ihm herauslieben. Das scheint mir ein außerordentlich wichtiger Aspekt einer Beziehung zu sein: Jeder Mensch, der uns fasziniert, liebt etwas aus uns heraus, spricht etwas in unserer Psyche an, was dann ins Leben hereingeholt werden kann. Was einmal angesprochen worden ist, verändert unser Leben und uns selbst. Auch wenn wir uns von einem Menschen trennen, bleibt das, was er aus uns herausgeliebt hat, was er in uns angesprochen und damit auch ins Gespräch gebracht hat, etwas, was uns nicht mehr verlorengehen kann, was zu unserer Lebensgeschichte gehört, was uns neue Aspekte von uns selbst erfahrbar und erlebbar gemacht hat. Wenn wir uns das bewusstmachen, verlieren wir mit Beziehungen, die sich lösen, nicht immer auch uns selbst.

Das gilt natürlich nicht nur von Liebesbeziehungen. In den Liebesbeziehungen werden diese Aspekte nur ganz besonders sichtbar und erlebbar. Doch was am Ausnahmefall, was an einer Grenzsituation menschlichen Erlebens – und das ist die Liebe – sichtbar wird, kann, wenn unser Erleben und unsere Sehweise dadurch geschärft worden sind, sich auch in weniger dramatischen Beziehungen zeigen.

Man könnte jetzt meinen, dass der Träumer eh schon ein pfiffiger Mensch gewesen sein wird. Dem ist aber nicht so: Er ist eher ein etwas langsamer, bedächtiger Mann, der es gerne hat, wenn alles in den vorbestimmten Bahnen abläuft, dem eine gewisse Beweglichkeit abgeht. Er war darum selbst sehr erstaunt darüber, dass er dazu fähig war, sich so »gewagte« Phantasien über sich und seine mögliche Partnerin zu machen.

Sowohl in seinen Beziehungsphantasien als auch in seinem Traum wird klar, dass es nicht nur darum geht, sich selbst in seiner erwünschten Gestalt und den geliebten Menschen in seiner ersehnten Gestalt zu sehen – darum geht es auch –, sondern es geht vor allem darum, dass wir die Art der Beziehung phantasieren, die natürlich auch etwas mit der besonderen Art der beiden Partner zu tun hat.

In der wachen Phantasie sind dem Träumer die Kosenamen

wichtig. Dabei geht es nicht nur um den Geborgenheitsaspekt, sondern auch darum, dass Kosenamen ja neue Namen sind, die die Geliebten einander geben, also auch um Aspekte der Beziehungsphantasie zu einem ganz speziellen Menschen: Sie wird zum Beispiel zu einem »Herzkäferli«, er zu einem »Brummerli«. Kosenamen sind Ausdruck für eine ganz bestimmte Beziehung, meist auch für eine ganz bestimmte Zeitspanne einer Beziehung, und wenn ein Paar zu einem späteren Zeitpunkt auf einen früheren Kosenamen zurückgreift, dann greifen die beiden auch auf eine Beziehungsphantasie zurück, die ihrer Partnerschaft einmal zugrunde gelegen hat. Mit diesem Zurückgreifen tauchen sie dann auch in viele Erinnerungen ein, und viele Erlebnisse werden wieder lebendig, die sie damals miteinander verbanden. Kosenamen sind aber auch Ausdruck dafür, dass in der Beziehung beide sich ein Stück weit verändern, Seiten in ihnen lebendig werden, die eigentlich nur im Zusammenhang mit dem Partner ihre Bedeutung haben.¹

Im Traum stand vor allem das Einssein der beiden miteinander im Vordergrund, das sich auch darin zeigte, dass sie keine Gesten brauchten, um dieses Einssein darzustellen, und dass sie miteinander auf ihre Aufgabe bezogen waren. Das ist offenbar ein Beziehungswunsch des Träumers: mit einer Partnerin zusammen hingebungsvoll – und doch auch pfiffig – eine Aufgabe angehen zu können.

Fassen wir dieses Traum-Paar symbolisch auf, als ein Paar, das sich in der Seele des Träumers konstelliert hat, also Lebensmöglichkeiten von ihm ausdrückt, dann verkörpern sie, dass er ganz hingebungsvoll, mit dem Gefühl des Ganzseins – und das ist ein Gefühl des Geglücktseins –, sein Leben weiterführen kann. In der Situation des Verliebtseins aber werden wir in diesem Bild viel eher eine Beziehungsphantasie sehen: So möchte er die Beziehung mit einer Frau leben können. Er selber sagt nachher, das stelle sein »Ideal« dar. Der Träumer ist ein Mensch mit vielen Idealen und ist sich selber gegenüber schon etwas misstrauisch, wenn wieder etwas als so ganz und gar ideal erscheint.

Beziehungsphantasien meinen aber das Ideale, und der geliebte Partner wird idealisiert, sonst wäre er eben nicht der geliebte Partner. Und nicht nur der geliebte Partner wird idealisiert, auch man selbst wird – als Teil der Beziehungsphantasie zu diesem Partner – immer auch ein Stück weit mit idealisiert.

Dostojewski hat das sinngemäß so ausgedrückt: Einen Menschen lieben heiße, ihn so zu sehen, wie Gott ihn gemeint haben könnte. Diesen Ausspruch kann man dahingehend ergänzen, dass wir, wenn wir geliebt werden, uns manchmal auch so erleben, wie »Gott« uns gemeint haben könnte. Das liegt wohl im Wesen der Liebe. Vielleicht entsteht Liebe nur dann, bricht Liebe nur dann auf, wenn wir in einen geliebten Menschen seine besten Möglichkeiten hineinsehen und diese aus ihm herauslieben können, Möglichkeiten, die ihn über die Enge des bisherigen Gewordenseins hinaustragen, die sein Leben für etwas öffnen, was er nicht für möglich gehalten hat. Und indem wir die besten Möglichkeiten in einen geliebten Menschen hineinsehen – oder vielleicht besser: aus ihm heraussehen –, gewinnen wir als die Liebenden teil an ihm, und es werden auch in uns Aspekte wach, die über das hinausgehen, was wir geworden sind, worauf wir uns festgelegt haben.

Was wir in einem geliebten Menschen sehen, mag ein »fundiertes Wunschbild seiner selbst«² sein, das eben der Phantasie eines liebenden Menschen bedarf, um es ins alltägliche Leben zu inkarnieren; es mag aber zunächst auch nur ein Wunschbild des Liebenden sein. Allerdings wird dann die Ernüchterung recht schnell folgen, die Enttäuschung sich einstellen. Aber es ist wohl doch das Geheimnis der Liebe, dass da ein Mensch plötzlich die Phantasie und den Mut aufbringt, in einem anderen Menschen etwas zu sehen, das dieser selber vielleicht ahnt, aber noch nicht kennt, und worauf er sich nie einlassen könnte, würde es ihm nicht von außen liebend nahegebracht.

In den Beziehungsphantasien projizieren wir nicht nur das, was uns selbst fehlt und was uns aus unserer eigenen Psyche am anderen entgegenwächst, in den Anderen hinein; der geliebte Mensch ist nicht einfach ein Spiegel, an dem wir zu uns selbst kommen

können. In der Liebe sehen wir vielmehr die besten Möglichkeiten in einen Partner hinein und geben ihm durch unsere Liebe auch das Gefühl, dass er sie verwirklichen kann. Und wenn wir wirklich lieben, werden wir ihm auch verzeihen, wenn er in der Realisation seiner besten Möglichkeiten weit hinter ihnen zurückbleibt. Wir werden vielleicht gerade dadurch, dass wir uns später noch an die Gesten der aufbrechenden Liebe erinnern, auch immer wieder daran denken, dass wir solche schöpferischen Phantasien, solche erwartungsvollen Gefühle mit diesem Menschen verbunden haben und dass die Möglichkeit, sie zu realisieren, so lange besteht, wie wir sie in unserer Phantasie aufrechterhalten.

Das ist gewiss nicht als ein imaginativer Gewaltakt zu verstehen. Es ist ein Aspekt der Liebe selbst, dass sie im geliebten Menschen viele Möglichkeiten sieht, die dem, der nicht liebt, verborgen bleiben. Das mag von außen als die »Blindheit« der Liebe erscheinen, von innen ist es die Sehergabe, die Chance der Liebe. Auch dieser Aspekt ist im Traum angedeutet.

Der Träumer träumt, nachdem er schon viel phantasiert hat, diesen Traum. Der Traum hat also seinen Beziehungsphantasien etwas beizufügen. Und zwar gerade diesen »idealen« Aspekt, wie der Träumer ihn nannte, oder aber auch, wenn wir näher am Traumtext bleiben, den Aspekt eines »göttlichen« Paares, das für den Träumer aber in Menschengestalt erscheint, so dass er nicht eine zu große Distanz zwischen ihm und sich empfindet.

Der Traum selbst regt diese ideale Sicht der Beziehung an, zeigt, dass in all den Phantasien, die mit dem alltäglichen liebevollen Umgehen miteinander zu tun haben, etwas in ihm mit betroffen ist, das er »göttlich« nennt, das weit über Menschliches hinausgeht und doch Mensch werden kann. Ideal, gewiss – aber Ausdruck dafür, dass, wenn wir lieben, diese idealen Aspekte des Menschlichen mit berührt sind und dass Eigenschaften, die wir den Göttern zuschreiben, die uns also meistens unerreichbar bleiben, hier zumindest als Phantasie, als Utopie in den Bereich des Lebbareren rücken. Damit werten sie den Träger dieser Bilder in seinem Selbstwert ungemein auf und geben ihm eine ungeheure Anregung zur

Selbstverwirklichung, gerade auch zur Realisierung dieser zutiefst verschwiegene Bilder von sich selbst. Auch wenn solche Bilder im realen Leben wohl nie ganz eingelöst werden können, als Utopie, als Anreiz zur Entwicklung stehen sie hinter jeder Liebe. Hinter jeder Paarbeziehung stehen Beziehungsphantasien, die wir als ideal erleben und die wir dementsprechend auch in den Mythen von den Beziehungen der Götter widergespiegelt finden. In solchen idealen Paarbeziehungen stellten sich die Menschen eben zumindest die Götter vor. In der Auseinandersetzung zwischen diesem Ideal und dem Lebbareren spielt sich dann das gelebte Leben ab, und dabei verändern sich auch die Beziehungsphantasien.

Ziel dieses Buches ist es denn auch, einige der überlieferten Beziehungsgeschichten zwischen Göttern als solche Phantasien zu begreifen, die die Menschen noch immer in ihren Beziehungsphantasien mit betreffen. Dabei geht es auch um den Versuch, männliche und weibliche Aspekte der eigenen Psyche zu integrieren, was wiederum auf die Art und Weise, wie Frauen und Männer miteinander umgehen, großen Einfluss hat.

Noch einen weiteren Aspekt des Traums möchte ich beleuchten: Der Träumer spricht verschiedentlich davon, dass von diesem Fährleutepaar für ihn ein Gefühl des Einsseins ausgeht, und in seinen Anmerkungen zum Traum spricht er dann auch von einem Gefühl von Ganzheit. Das ist ein weiterer wesentlicher Aspekt der Beziehungsphantasien: Wenn solch ein Paar für uns erlebbar wird und solche Ganzheitsgefühle in uns auslöst, sei das in einer Phantasie, einer Imagination, in einem Traum oder ausgehend von einer ganz realen Beziehungssituation – wobei es auch eine Beziehung zu einem gleichgeschlechtlichen Menschen sein kann –, dann fühlen auch wir uns »ganz«, dann fühlen wir uns identisch mit uns selbst, fühlen, dass wir – einen Entwicklungsprozess durchlaufend – stimmig im Leben stehen. Natürlich werden wir einen Partner suchen, der in uns dieses Gefühl der Ganzheit so oft wie möglich hervorrufen kann, denn nichts kann uns so sehr das Gefühl des guten Selbstwerts und damit auch einer guten Befindlichkeit geben wie dieses Erleben von Ganzheit. Nur, scheint mir, sind Partner

nicht dazu da, einem diese Ganzheit zu erhalten; dass sie diese Bilder in uns anregen, diese Bilder überhaupt ins Leben hereinholen und uns auch zwingen, mit diesen Bildern umzugehen, sie zu inkarnieren, ist doch wohl schon genug.

Der Schluss des Traums ist davon beherrscht, dass der Träumer nicht erwachen will, weil sonst dieses Gefühl der Einheit, der Ganzheit verlorengehen könnte. Er spürt sehr deutlich, dass nicht nur die Einheit eine Realität ist, sondern auch die Trennung, und beim Aufwachen gelingt es ihm, Einssein und Trennung wechselweise zu erleben, also die Angst vor der Trennung auch immer wieder zu überwinden. Auch das ist eine Realität: Das Problem der Trennung muss in jeder Beziehungsphantasie mit gesehen werden; Menschen können nicht nur in Vereinigung leben, sie müssen auch immer wieder Einzelne sein. Und so sehr auch in der Liebe und in den Beziehungsphantasien, die zu ihr gehören, das Erlebnis des Getrenntseins aufgehoben ist und aufgehoben wird, ist das doch jeweils nur der eine Aspekt der Bezogenheit. Und so werden wir es denn im Folgenden mit Beziehungsidealen, mit Bindungsverhalten, aber auch mit der Notwendigkeit der Trennung zu tun haben.

Diese Gedanken zu den Beziehungsphantasien möchte ich nochmals zusammenfassen und ergänzen: Unseren Beziehungen liegt immer eine Beziehungsphantasie zugrunde. Diese Beziehungsphantasien sind dann am lebendigsten, wenn wir verliebt sind; dann sind wir gepackt von diesen Phantasien, gestalten sie, leben in ihnen. Versuchen wir doch einmal, uns eine dieser Phantasien aus unserem Leben zurückzurufen, noch einmal zu sehen oder nachzuempfinden, wie wir damals unseren Partner oder unsere Partnerin gesehen haben – in einigen seiner oder ihrer mannigfaltigen Erscheinungsweisen –, und versuchen wir auch nachzuspüren, ob wir mit dem Bild des Geliebten oder der Geliebten nicht auch ein Bild von uns selbst verknüpft und in diesem Bild ausgedrückt haben, wer wir für diesen Partner gerne sein wollten.

Meine These ist: In meiner Beziehungsphantasie gestalte ich ein Paar, dessen einer Aspekt nicht einfach aus meinem Ich besteht, sondern ich phantasie eine mir Ganzheit verheißende, beglü-

ckende, anregende, erregende Verbindung von Frau und Mann, ausgelöst durch einen Partner oder durch eine Partnerin. In der Phantasie zeigt sich nicht nur, was dieser Partner etwa für mich sein könnte, was ich in ihm/ihr sehe, sondern auch meine Vorstellung davon, was er/sie aus mir herausliebt, welche besten oder schlechtesten Züge er/sie in mir belebt. Diese Phantasie ist ideal, geht weit über den anderen Menschen hinaus in einer Sehnsucht, die das Transzendente berührt.

Zunächst aber werden in diesen Phantasien zwei einzelne Wesen gestalthaft gegenwärtig, die Phantasie rankt sich im Wesentlichen um die Beziehung, die diese beiden miteinander haben, um ihren Umgangsstil, um das Begehren, um die Freude und die Befriedigung, die daraus entstehen, um die Ängste, mit denen umgegangen werden muss.

Sowohl die Bilder der Partner als auch ihre Beziehungsform sind von vielen Aspekten abhängig: von der Elternbeziehung, von früheren Beziehungen, die ihnen Wohlbefinden gegeben haben, von gesellschaftlichen Normvorstellungen, wie sie etwa im Fernsehen oder im Kino gezeigt werden, aber auch von archetypischen Bildern und im Zusammenhang damit von der Sehnsucht, im Liebeserlebnis Ganzheit zu erleben, zu erfahren, dass immer wieder Getrenntes zu einer Einheit werden kann und wie wir in dieser Einheit über uns hinauswachsen. In einer Beziehungsphantasie ist aber auch die Sehnsucht nach der eigenen Ganzwerdung verborgen sowie die Hoffnung, das Getrenntsein vom Mitmenschen zu überwinden. Mit dieser archetypischen Ebene hängt auch zusammen, dass wir in der Liebe den Partner, aber auch uns selbst als Liebende so sehen, wie »Gott« uns gemeint haben könnte. Das ist das ungeheuer Stimulierende an der Liebe, dass sie uns in Beziehungsphantasien selber in neuem Licht zeigt – wie wir in der Liebe ja auch über uns hinauswachsen. Das Ernüchternde hängt natürlich auch damit zusammen: Wenn wir diese Bilder nicht mehr aufrechterhalten können und anfangen, einander aus Enttäuschung zu entwerten, dann erfolgt der Absturz. Wenn die Bilder der Öffnung und des Aufbruchs, wie sie der ersten Phase der Liebe entspringen, zu

einem enttäuschten »So bist du wirklich – und nur so« werden, zu einem verengten Bild des Partners, wird der anfängliche Raum der Freiheit zu einem Gefängnis.

Ob zwei Menschen miteinander eine Beziehung eingehen, hängt wohl davon ab, ob ihre Beziehungsphantasien einander in etwa entsprechen. Wir gehen ja in der Realität so vor, dass wir immer wieder Aspekte einer Beziehungsphantasie zu realisieren versuchen und darauf achten, ob der Partner darauf eingehen kann oder nicht. Wenn er nicht oder zu wenig darauf eingehen kann, dann suchen wir einen anderen Partner; wenn er aber so darauf eingehen kann, dass er unsere Beziehungsphantasie mit seiner Phantasie noch bereichert, dann bekommen wir das Gefühl des Zusammenpassens, dann ereignet sich Liebe, dann ist auch Gelegenheit gegeben, dass wir miteinander Beziehungsräume gestalten können. Beziehungsräume sind die Räume, in denen die Liebe sich immer wieder ereignet, sich immer wieder neu entzünden kann.

Wenn wir aber lebendige Menschen sind, werden wir feststellen, dass diese Beziehungsphantasien sich im Laufe des Lebens immer wieder verändern, dass wir also, wenn wir lebendige Beziehungen haben wollen, auch diese Beziehungsphantasien immer wieder miteinander teilen müssen, nicht, indem wir sie als Vorwürfe gegeneinander wenden, sondern indem wir sie als Sehnsüchte nach neuem gemeinsamen Leben formulieren, als Wegmarken einer gemeinsamen Beziehung betrachten. Krisen und Probleme gibt es dann, wenn wir feststellen, dass eine neue Beziehungsphantasie vom Partner nicht oder noch nicht geteilt werden kann, oder wenn wir uns unserer neuen Sehnsüchte noch nicht bewusst sind.

Mythen als Modelle

Die Ideale, die sich hinter den Beziehungsphantasien der Menschen verbergen und sich zugleich in ihnen ausdrücken, variieren im Laufe der Zeiten und bei den unterschiedlichen Menschen verhältnismäßig wenig. Grundsehnsüchte und Grundängste der Men-

schen im Blick auf Beziehungen scheinen sich ähnlich zu bleiben, nur der Umgang mit ihnen verändert sich – wenn es gut geht.

Diese Grundsehnsüchte und Grundängste im Zusammenhang mit Liebe und mit Beziehung sind schon in den Mythen von den Götterpaaren dargestellt, die uns die Religionsgeschichte überliefert.

Im Mythos ist ausgedrückt, wie der Mensch sich selbst und die Welt versteht oder verstehen möchte; im Mythos finden wir Selbstdeutungen und Weltdeutungen des Menschen, in den Mythen von Götterpaaren Deutungen des Paarverhaltens, mögliche Modelle für die Beziehung zwischen Mann und Frau. Da es verschiedene Götterpaare gibt, gibt es auch verschiedene Modelle, die gleichsam Ideale sind und mit denen wir uns auseinanderzusetzen haben.

Mythen sind kollektiv gültige Menschheitsgeschichten über das Leben und über den Tod; wenn wir uns mit ihnen beschäftigen, entdecken wir in ihnen immer noch einen Bedeutungsüberschuss, durch den sie immer noch unsere Sicht des Lebens mit erklären helfen oder uns dazu bringen, Lebenserfahrungen und Phantasien über das Leben von anderen Perspektiven aus anzusehen. Wenn sie für unser Verständnis von Leben und Welt keine Bedeutung mehr hätten, würden wir uns nicht mehr für sie interessieren. Wir interessieren uns aber für die Mythen und übersetzen sie auch in die Sprachen der Gegenwart: So sind in den Darstellungen von Superman unschwer die Heldenmythen zu finden.

Mir scheint es immer reizvoll, verschiedene Deutungsversuche des Lebens zur Erklärung eines Phänomens – wie hier der Beziehungsphantasie – heranzuziehen, damit sich aus den vielen Perspektiven eine neue Sichtweise ergeben kann.

Wenn sich in den Beziehungsphantasien überhaupt und insbesondere in denen, die mit großer Liebe verbunden sind, in jedem Menschen archetypisch Weibliches und Männliches in seiner Zusammengehörigkeit konstellierte – zugleich mit einer Belebung des Schöpferischen, Imaginativen –, dann müssen diese Paare in der Mythologie zu finden sein, in unseren Phantasien, in der Literatur, in den Träumen, aber auch im Alltagsleben des Einzelnen.