

Florian Mehring

„Drum prüfe, wer sich ewig bindet, ...“

Wir alle wissen, wie diese umgangssprachliche Lebensregel weitergeht. Auf das Thema dieses Artikels übertragen, müssen wir umformulieren in: ... *ob der künftige Partner nicht wen Besseres findet.*“

Wie sollte eine gute Vorbereitung eines jeden, einer jeden auf die Ehe aussehen (nicht partnerbezogen, sondern solo betrachtet)? Es ist auffällig, wie schlecht vorbereitet viele in Beziehung und Ehe hineinschlittern, obwohl wir prinzipiell in anderen Bereichen des Lebens in einer Wissensgesellschaft leben. Das heißt, es gehört zum Selbstverständlichen, sich zu bilden, sich externe Kompetenzen einzukaufen. Im Feld von Partnerschaft und Ehe jedoch überlässt man sich dem Prinzip des „Es wird schon klappen!“ – und das angesichts der nach wie vor beängstigenden Scheidungszahlen. Wie mag das zu erklären sein? Angst vor der Mühe, vor der Arbeit an sich selbst, vor der notwendigen Entwicklung, um die man nicht herunkommt, wenn man Beziehung vital und erfolgreich gestalten will? Wissen und Selbsterfahrung sind eben zwei Paar Schuhe. Also, was sollte man ganz für sich selbst geklärt und bearbeitet haben, bevor man sich auf Ehe einlässt?

- Der Partner kann mich nicht *retten*. Er kann mir die Dunkelheit meiner Seele, die Schmerzen, die meine Biografie mir vielleicht zugefügt hat, nicht wegnehmen. Wer im Anderen den Himmel auf Erden, die glücklich machende Instanz erwartet, dessen Beziehung wird anstrengend und wahrscheinlich schmerzhaft werden. Nur Gott kann Befreiung bringen und den Weg zum Himmel öffnen. Und er tut es auch.
- Künftige Partner sollten *in etwa* Identität entwickelt haben. Was ist eigentlich Identität? Einheit, sich selbst sein, ein gefühltes Wissen über sich selbst haben, Einheit aus Denken, Fühlen, Handeln erleben, beziehungsfähig sein (das rechte Maß zwischen Nähe und Distanz), fähig zur Freude und auch bereit Frustration zu ertragen, sich nicht immer nur über eine andere Person stabilisieren müssen, also auch Phasen der Einsamkeit willig annehmen und gestalten können. Die Psychologie kennt verschiedene Phasen, die wir in den Jahren des Heranwachsens zu durchschreiten haben. Dies sind unter anderem: die Krise der Pubertät überwinden, Mut zur Individuation, Mut zur Gemeinschaft, Ablöseprozesse insgesamt von der Herkunftsfamilie. Zusammenfassend könnte man sagen, dass wir in die Entwicklungsaufgabe hineingestellt sind, vom „Ich zum Wir“ zu finden. Das muss nicht alles abgeschlossen sein, bevor man sich auf Ehe einlässt. Künftige Partner sollten aber erkennbar auf diesem Wege sein. Fragt sich nur, wie man das erkennt?
- In aller Regel setzt das voraus, Reflexionsräume zu haben, in denen man sich selbst anschaut und in denen man angeschaut wird. Einen Begleiter zu erleben, der ehrliche Rückmeldung gibt. Das bedeutet, zumindest streckenweise einen Mentor, einen Seelsorger zu haben, gegebenenfalls auch einen Therapeuten. Doch auch der beste Freund kann einen solchen Reflexionsraum darstellen. Spätestens in der Ehe wird man regelmäßig gespiegelt werden, einfach deswegen, weil es sich aus dem Prozess einer gemeinsamen Lebensrhythmik heraus ergibt. Die Fähigkeit, dies zu *ertragen* oder gar zu *schätzen*, sollte in jedem Fall vorher eingeübt sein.
- Man sollte sich über seine Geschlechterrolle eindeutig im Klaren sein. Ein Mann ist ein Mann, eine Frau ist eine Frau. So hat Gott uns geschaffen und so wird es auch bleiben. Das schließt nicht aus, dass Männer vermeintlich weibliche Anteile und umgekehrt haben. Da ist ein weites Spektrum denkbar und es gilt selbstverständlich, dass diejenige Rollenverteilung passend ist, die ein Paar als passend definiert. Dennoch halte ich für wichtig, dass Partner sich in ihrer geschlechtlichen Identität eindeutig erleben.

- Das bedeutet dann auch, dass man vor Beginn der Ehe auch auf die weniger appetitlichen Seiten der eigenen Seele geschaut haben und sich deren mindestens bewusst sein sollte. So ist es beispielsweise keine Schande, wenn ein Mann in der Pornografie hängt. Aber er sollte es als Problem erkannt haben und mit Klarheit und eindeutiger Motivation begonnen haben, *es unter die Füße* zu bekommen. Ein künftiger Partner hat besseres verdient als eine *Mogelpackung*, die sich erst nach Jahren Schicht für Schicht zu erkennen gibt. Um es noch einmal zu sagen; es ist nicht realistisch, mit allem im Leben klar und sauber abgeschlossen zu haben, um dann *rein* in die Ehe gehen zu können. Machen wir uns da nichts vor! Aber wir sollten um die Dünnpstellen der eigenen Seele wissen, diese dem künftigen Ehepartner hinreichend deutlich gemacht haben und glasklar in der eigenen Motivation und Umsetzung sein, diese zu bewältigen. Hier gilt nicht das gute Vorhaben, hier gilt nur die gute Tat.

Die folgenden Punkte habe ich in der Du-Form aufgeführt, um ihnen noch ein wenig mehr Eindrücklichkeit zu verleihen:

- Der Anspruch an das gemeinsame Leben sollte hoch, aber nicht zu hoch sein. Es wird Schwankungen geben, es wird glückliche und weniger glückliche Tage geben. Die Rollen innerhalb der Ehe werden sich im Laufe der Jahre verändern: Man ist sich gegenseitig Partner, irgendwann wird man Mama und Papa, dann wieder Partner. Die Ausdrucksweise der Liebe wird über die Jahre variieren und sich anpassen. Das ist kein Drama, sondern wunderbare Realität. Also, Beziehung vollzieht sich niemals statisch, sondern muss den Umständen, dem Lebensalter, den Gegebenheiten angepasst werden. Das ist normal und gut so. Es bedeutet aber auch, dass die Partner Alltag, Routine, Langeweile, die Auf's und Abs des Lebens und der Beziehung akzeptieren und gestalten und nicht als das Ende der Liebe deuten. Bist Du dazu bereit?
- Verliebt sein ist ein Gefühl, Liebe ist Arbeit. Bist Du dazu bereit?
- Der Partner hat verdient, ganz oben auf der Prioritätenliste zu stehen. Bist Du dazu bereit?
- Du hast ein eigenes Leben, Dein Partner hat ein eigenes Leben. Auch wenn ihr verheiratet seid. Bist Du dazu bereit?
- Ehe kann nur funktionieren, wenn Partner sich treu sind. Jesus ist radikal in der Formulierung, ab wann Untreue bereits beginnt. Bist Du bereit, radikal treu zu sein?
- Ehe ist am schönsten, wenn sie lebenslang angelegt ist. Es gibt sicher genug Gründe, warum das in vielen Fällen nicht funktioniert. Sicher ist aber auch, dass es in vielen gescheiterten Fällen hätte funktionieren können. Es geht niemals darum, mit dem Finger auf die zu zeigen, die vorher aufgeben mussten. Es geht vielmehr darum, Mut zu machen, sich bewusst auf den langen gemeinsamen Weg einzulassen. *Lebenslänglichkeit* ist unter anderem deswegen so optimal, weil sich dadurch der Raum der sicheren, gemeinsamen Lernerfahrung öffnet. Beide wissen, dass sie verbindlich gemeinsam durch das Leben gehen. Das erlaubt zu lernen, sich aufeinander einzulassen, die Erfahrung zu machen, in gutem Sinne Eins zu sein, vielleicht sogar für andere zum Segen zu werden. Bist Du bereit für den langen Weg? Das ist etwas anderes als ein kurzes Abenteuer.
- In die Ehe zu gehen bedeutet auch, nach und nach erwachsen zu werden. Das ist ein ganz natürlicher Prozess. Willst Du erwachsen werden? Gibt es positive Assoziationen mit dem Erwachsensein für Dich?
- Verbindliche Partnerschaft setzt auch voraus, auf gute Art und Weise selbstbewusst zu sein. In der Paarberatung höre ich oft, dass Partner sich dem anderen gefällig machen. „Ich versuche so zu sein, wie du mich haben willst.“ Das ist ein Weg, der sicher ins Scheitern führt. Sei Du selbst und arbeite an den wichtigen Punkten an Deiner Veränderung. Bist Du bereit dazu?
- Der vielleicht wichtigste Punkt: Partner werden dann glücklich miteinander, wenn sie einander so annehmen, wie sie sind (das heißt nicht, dass es keine Veränderung mehr

gibt). Das bedeutet in der Konsequenz, dass man den Partner real erkennt und nicht dem Idealbild nachphantasiert. Bist du bereit, Deine Illusion des perfekten Partners aufzugeben und den realen Partner, so wie er ist, anzunehmen?

- Viele der hier genannten Punkte wirken nach erhobenem Zeigefinger oder wie die nicht enden wollende Liste wichtiger Empfehlungen, nach dem Motto „Was muss ich denn noch alles beachten?“ – eine Litanei von Do`s and Don`ts. Genau so ist es aber nicht gemeint. Wesentlich wird sein, sich schlussendlich mit dem Partner auf den Weg zu machen und diesen Weg zu gestalten – mit der Hilfe Gottes. Das Meiste klärt sich unterwegs. Das aber schließt natürlich keinesfalls aus, sich vorher den einen oder anderen Gedanken über die optimale Ausrüstung für diesen Weg zu machen. Einen Achttausender besteigt man auch nicht ohne gründliche Vorbereitung, Training und gute Ausrüstung, damit die Reise glücklich und erfolgreich verläuft.
- Der alles zusammenfassende Leitspruch, um sich gut auf die Ehe vorzubereiten und eine vitale Ehe zu führen, lautet meiner Meinung nach: „Sei Gott verpflichtet, sei Deiner Partnerin, deinem Partner verpflichtet, arbeite an Deinem Wachstum.“

Florian Mehring, BTS Studienleiter, Therapeut, Supervisor & Coach, www.bts-wuppertal.de