

DIE KRAFT DER ELEMENTE IN DEN BEZIEHUNGEN

I-G-T Rolf Müller: Das Element Wasser



Das Element Luft verbindet. Es verbindet alle Elemente miteinander. Wir erleben das Element Luft vor allem beim Atmen. Der Atem verbindet unser Inneres mit dem was im Aussen ist. Und die Luft verbindet uns mit allem, was die gleiche Luft atmet. Vor allem mit allen Menschen. Dies zeigt uns auch, dass nicht nur jeder sein eigenes Schicksal, sonder die Menschheit auch ein gemeinsames Schicksal hat, welches von anderswo gesteuert wird.

Johan Wolfgang von Goethe:

*„Im Atemholen sind zweierlei Gnaden:
 Die Luft einziehen, sich ihrer entladen;
 Jenes bedrängt, dieses erfrischt, So wunderbar ist das Leben gemischt.
 Du danke Gott, wenn er dich presst,
 Und dank' ihm, wenn er dich wieder entlässt.“*

*„Und so lang' du das nicht hast,
 Dieses: Stirb und werde.
 Bist du nur ein trüber Gast
 Auf der dunklen Erde.“*

„Verbindung braucht und lebt vom Austausch. Leben braucht Verbindung und Austausch.“

Das Ein- und Ausatmen führt zu einem ständigen Austausch, das Geben und Nehmen, was das Leben erst möglich macht. In unserem Körper erfahren wir diesen Austausch auch im auf- und abbauenden Stoffwechsel, im arteriellen- und venösen Blutkreislauf, in der Nahrungsaufnahme und Ausscheidung und vielem mehr.

Wie ist das mit der Verbindung in der Paarbeziehung? Auch diese lebt vom Austausch von Geben und Nehmen. Doch so wie die Luft verschmutzt ist und das Leben immer schwieriger macht, ist auch der Austausch in den Beziehungen verschmutzt und macht das Leben der Beziehung immer schwieriger. Voraussetzung für den Austausch in der Beziehung ist, dass beide anerkennen, dass sie den andern brauchen, weil der andere das

DIE KRAFT DER ELEMENTE IN DEN BEZIEHUNGEN

I-G-T Rolf Müller: Das Element Luft



hat, was ihm fehlt und weil jeder dem andern das geben kann, was ihm fehlt. Beide müssen anerkennen, dass sie verschieden sind und offen sein für das, was der andere geben kann. Und wenn auch beide bereit sind dem andern das zu geben was er braucht und auch bereit sind zu nehmen, was sie bekommen, dann kann ein Austausch stattfinden. Nur durch den ständigen Austausch von Geben und Nehmen mit Liebe, gelingt die Paarbeziehung.

Sie gelingt nicht, wenn der Mann auf die Frau schaut als sei er besser als die Frau. Und sie gelingt nicht, wenn die Frau auf den Mann schaut, als sei sie besser.

Und sie gelingt nicht, wenn der Mann auf die Familie der Frau schaut und meint, seine Familie sei besser. Und sie gelingt nicht, wenn die Frau auf die Familie des Mannes schaut und meint, die ihre sei besser. So kann kein Austausch stattfinden und somit auch kein Wachstum. Wo kein Wachstum mehr ist, folgt Routine und diese tötet die Liebe.

Bei Bert Hellinger lese ich dazu ein Beispiel:

»Ein Mann schenkt seiner Frau etwas, weil er sie liebt. Sobald er ihr das Geschenk überreicht hat, ist er in einer überlegenen Position. Er ist der Geber, die Frau nimmt. Aber sie spürt jetzt, weil sie genommen hat, dem Mann gegenüber eine Verpflichtung. Sie versucht, auszugleichen, indem auch sie ihm etwas gibt, und weil sie ihren Mann liebt, gibt sie ihm zur Vorsicht etwas mehr, als er ihr geschenkt hat. Jetzt kommt der Mann unter den Druck der Verpflichtung. Er versucht, auszugleichen, und weil er seine Frau liebt, gibt auch er ihr etwas mehr. So kommt durch das Bedürfnis nach Ausgleich, verbunden mit der Liebe, ein sich steigender Austausch zustande, ein grosser Umsatz von Geben und Nehmen. Das bindet das Paar noch inniger aneinander, und so wächst in dem Paar das Glück.

Dieser Ausgleich im Guten ist ein Eckpfeiler einer guten Paarbeziehung«.

DIE KRAFT DER ELEMENTE IN DEN BEZIEHUNGEN

I-G-T Rolf Müller: Das Element Luft



Es geht hier aber nicht um den Austausch im Äusseren, Materie-llen, sonder wie beim Element Luft, dem Atem, um das, was sich in der Beziehung des Paares im Inneren abspielt. Im Aussen sind es oft kleine Aufmerksamkeiten, welche dazu beitragen, die Liebe am Leben zu erhalten.

Je grösser der Austausch, desto grösser der Gewinn. Je grösser der Gewinn, desto mehr kann ich in die Beziehung investieren.

Wenn einer über lange Zeit nicht im gleichen Mass zurückgibt, oder nicht im gleichen Mass nimmt, entsteht ein Ungleichgewicht, welches dazu führt, dass er geht, weil er seine eigenen damit verbundenen Schulden - unbewusst - nicht aushält. Wer nicht nehmen kann, kann auch nicht geben. Wenn ich nur noch ausatme, ist das weiterleben genauso unmöglich, wie wenn ich nur noch einatme.

Geben ist in der Regel leichter als nehmen, weil man sich beim Geben überlegen und grösser fühlen kann. In diesem Sinne stimmt

auch die Aussage in der Bibel: „Geben ist seliger als nehmen“. Wer nur gibt und nicht auch nimmt, fühlt sich oft besser als der Andere und möchte in dieser überlegenen Position bleiben.

Bei Bert Hellinger lese ich:

„Das Geben fängt mit dem rechten Nehmen an. In erwachsenen Beziehungen kommt es darauf an, dass beide gleichermassen voneinander nehmen können. Das ist der wichtigste Ausgleich. Nicht dass sie gleichermassen geben, sondern dass sie gleichermassen nehmen. Das gegenseitige nehmen ist das Schwerere und verbindet am tiefsten, denn sie sind beide in einer bedürftigen Position. Das verbindet.“

Die Steigerung des Austausches geht so lange, bis das Paar ein Mass findet, welches ihm entspricht.

Es gibt aber noch einen weiteren, wichtigen Bereich beim Geben und Nehmen - den Ausgleich im Schlimmen: so wie der Wind mal sanft und ruhig ist, so kann er auch mal stürmisch und zerstö-

DIE KRAFT DER ELEMENTE IN DEN BEZIEHUNGEN

I-G-T Rolf Müller: Das Element Luft



rend sein. Das erleben wir auch im Austausch in den Beziehungen. Oft braucht es danach wieder Aufbauarbeit um die entstandenen Schäden wieder zu beheben.

Ich zitiere nochmals Hellinger:

»Nun gibt es in vielen Ehen aber auch Situationen, wo der eine dem anderen etwas antut, was diesen verletzt. Auch hier hat der Partner, dem etwas angetan wurde, das Bedürfnis, auszugleichen. Er hat ein Bedürfnis nach Rache. Also tut dieser Partner dem andern etwas Böses an, aber oft, weil er sich im Recht fühlt, tut er ihm etwas mehr des Bösen an. Dadurch hat der andere auch wieder ein Recht, dem Partner etwas Böses anzutun, und auch er tut dem andern aus dem Gefühl des Rechts heraus etwas mehr des Schlimmen an, und so steigert sich das Böse. Es entsteht ein intensiver Austausch, jedoch im Schlimmen. Auch dieser Austausch bindet ein Paar aneinander, aber zu seinem Unglück.

Es gibt jedoch eine einfache Regel, wie man aus diesem Teufelskreis

aussteigen kann: Genauso, wie man beim guten Austausch aus Liebe dem Partner etwas mehr des Guten gibt, so tut man beim schlechten Ausgleich aus Liebe dem Partner etwas weniger des Bösen an! Dadurch kann der Austausch im Guten wieder beginnen. Das ist eine einfache, jedoch sehr nützliche Regel.«

Und nochmals Hellinger:

»Erst wenn sie beide, der Schuldige und sein Opfer, gleichermaßen böse waren und gleichviel gelitten und verloren haben, sind sie sich wieder ebenbürtig. Dann ist zwischen ihnen wieder Frieden und Versöhnung möglich.

Ein Beispiel:

Ein Mann erzählte einem Freund, seit zwanzig Jahren trage seine Frau ihm nach, dass er nur wenige Tage nach der Hochzeit mit seinen Eltern sechs Wochen in Urlaub gefahren war und sie alleine zurückgelassen hatte. Alles gute Zureden und Sich-Entschuldigen und Um-Verzeihung-Bitten

DIE KRAFT DER ELEMENTE IN DEN BEZIEHUNGEN

I-G-T Rolf Müller: Das Element Luft



habe nichts gebracht. Der Freund erwiderte: Am besten sagst du ihr, sie darf sich etwas wünschen oder etwas für sich tun, das dich nicht weniger kostet, als was es sie damals gekostet hat. Der Mann begriff sofort und strahlte. Jetzt hatte er den Schlüssel, der auch schloss«.

Die meisten von uns, sind durch den christlichen Hintergrund so geprägt, dass ein Verzeihen für ein Vergehen des anderen, ein Zeichen der Liebe sei, und an erster Stelle zu stehen habe. Sicher gibt es auch Situationen wo dies zutrifft und ganz ehrlich gemeint ist. Wenn ich aber in der Kirche eine Sünde beichte, so verlangt sie von mir einen Ausgleich, sie schreibt mir vor, welche und wie viele Gebete ich dafür zu beten habe.

Es ist die eigene Würde, die bei Verletzungen nach einem Ausgleich verlangt, damit er mit dem Verletzenden wieder auf eine gleiche partnerschaftliche Ebene kommt.

Wenn ich aber dem Schuldigen seine Schuld grosszügig erlasse, besteht die Gefahr, dass ich mich

moralisch über ihn stelle, damit mache ich mich grösser als der Sünder. Ich erreiche damit, dass er nun für immer in meiner Schuld steht. Ich nehme ihm damit die Möglichkeit auszugleichen. So aber kann die Beziehung nicht mehr wachsen, sich nicht mehr weiter entwickeln.

Es empfiehlt sich sehr, die Sache ernst zu nehmen und über einen möglichen Ausgleich miteinander zu reden, und diesen auch ganz klar zu vereinbaren. So könnten sich auch sehr kreative Lösungen des Ausgleiches zeigen. Und eines sollte noch vereinbart sein: ist der Ausgleich vollzogen, darf nicht mehr darauf zurückgekommen werden. Die Verletzung darf nicht mehr als Vorwurf, Erinnerung oder Ermahnung gebraucht werden.

Doch nicht immer ist ein Austausch möglich.

Bert Hellinger sagt dazu:

»Eine letzte Möglichkeit des Ausgleichs von Nehmen und Geben,

DIE KRAFT DER ELEMENTE IN DEN BEZIEHUNGEN

I-G-T Rolf Müller: Das Element Luft



und doch ist es manchmal die dem Nehmen einzig angemessene Antwort, zum Beispiel für einen Behinderten, für einen Kranken, für einen Sterbenden, für ein kleines Kind und manchmal auch für einen Liebenden. Hier kommt neben dem Bedürfnis nach Ausgleich auch jene elementare Liebe mit ins Spiel, welche die Mitglieder eines sozialen Systems anzieht und zusammenhält. Diese Liebe begleitet das Nehmen und Geben, und sie geht im voraus. Wer dankt, der anerkennt.«

Für das Leben, das meine Eltern mir geschenkt haben, gibt es einen Ausgleich, wenn ich sie Ehre und Achte, Dankbar bin und aus dem geschenkten Leben das Beste daraus mache. Und - wenn es mir vergönnt ist - das Leben weitergebe. Johann Wolfgang von Goethe sagt: Schicksal des Menschen, wie gleichst Du dem Wind!

Die Luft fordert uns auf:

Auf einen Austausch von Geben und Nehmen in Liebe einzugehen, sonst ist Verbindung auf Dauer nicht möglich.

Wenn ich nicht nehmen kann, habe ich weniger zu geben.

Wer seine Bedürfnisse stillt, kann auch auf die Bedürfnisse anderer eingehen.

Danken ist manchmal die letzte Möglichkeit des Ausgleichs von Geben und Nehmen.

Jeder ist bereit und bemüht, das eigene Schicksal anzuschauen und es anzunehmen.

IGT, Rolf Müller