

Wenn »Ein Leib« zerbricht

Ehescheidung und mögliche Chancen für spirituelles Wachstum

Erika Helene Etminan

Die Zahl der Ehescheidungen ist im Laufe der letzten 15 Jahre enorm gestiegen.¹ Diese Entwicklung ist möglicherweise Zeichen eines forcierten Individualisierungsprozesses in unserer Gesellschaft und möglicherweise auch ein Ausdruck davon, wie die Menschen mit dem Zuwachs an Selbstbestimmung und persönlicher Freiheit umgehen. Aber wie auch immer die gegenwärtige Situation an der Ehe- und Partnerschafts»front« beurteilt wird, auf der Basis orthodoxer Kritik oder liberaler Schönfärberei: Wir müssen damit leben, dass Ehen häufiger geschieden werden und dass für den Einzelnen statistisch gesehen eine höhere Wahrscheinlichkeit besteht, mit Scheidung und der damit einhergehenden Krise konfrontiert zu werden.

Ehescheidung ist ein schwieriges und belastetes Thema, ungeliebt und doch präsent. Menschen, die mit einer Scheidung konfrontiert werden, haben – zumindest zeitweise – einen »schweren Stand«, gesellschaftlich gesehen, aber auch innerhalb der Kirche. Die Adressaten des nachfolgenden Artikels sind vor allem Menschen, die von einer Scheidung betroffen sind. Sie, aber auch ihre psychologischen oder geistigen Begleiter werden mit diesen Ausführungen eingeladen, Scheidung und ihre Bewältigung einmal aus spiritueller Sicht zu betrachten. Dabei werden zwei verschiedene Ziele verfolgt: Einmal versuchen wir, die tragischen und verletzenden Aspekte dieses Scheiterns in ihrer existentiellen Dimension zu verstehen und sie ernst zu nehmen. Wir werden dies teil-

¹ Seit 1992 ist die Zahl der Ehescheidungen in Deutschland beständig angestiegen. Von ca. 135.000 Ehescheidungen im Jahr 1992 erreichte sie bis 2003 einen bisherigen Höchststand von ca. 215.000 Ehescheidungen. 2006 lag diese Zahl bei ca. 190.000 (bei ca. 375.000 Eheschließungen). Quelle: Statistisches Bundesamt (Stand 31. 08. 2007).

weise unter Einbeziehung östlich-spiritueller Sichtweisen² und deren Terminologie tun und verlassen damit den Sprachcode des christlichen Denkens mit seinen oft dogmatisch-normativen Vorgaben. Diese Anleihe bei östlich-spirituellen Strömungen kann hilfreich sein, um zu einem besseren Verständnis des schmerzhaften Geschehens bei einer Scheidung zu kommen. Wir sollten aber nicht vergessen, dass es dabei um eine *mögliche* Sichtweise geht – eine neben vielen anderen. Es geht um Sichtweise als *Sicht*-weise.

Zum Thema »Bewältigung von Trennung und Scheidung« gibt es bereits eine ganze Reihe psychologischer Ratgeber. Im Unterschied dazu wird in diesem Beitrag das Thema aus spiritueller Sicht reflektiert. Es wird ein Erklärungsmodell präsentiert, das den Trennungsprozess auf eine andere Weise verstehen hilft. Wer verletzt uns eigentlich? Der Partner, das Leben oder Gott? Macht das einen Unterschied? Wir werden versuchen, das Geschehen in einen neuen Rahmen einzuordnen. Nicht im Sinne eines weltlich-horizontalen Kompasses, sondern in einer spirituell-vertikalen Richtung, nach oben. Das zweite Ziel dieses Artikels liegt also darin, Betroffenen einen anderen, eher unüblichen Ausgang aus ihrer Krise aufzuzeigen. Neben einer neuen Beziehung oder einem Leben als Single könnte dies ein eigener, dritter Weg sein. Ein Weg, der dem (von vielen als »Niederlage« erlebten) Alleine-Sein eine spirituelle Dimension und damit einen neuen Sinn gibt. Die spirituelle Perspektive gibt dem schmerzhaften Geschehen eine andere Bedeutung: Hier geht es darum, diese Krise als *Chance* zu verstehen und zu fragen, worin ihr (verborgener) *Sinn* bestehen könnte.

Krisen, gleichgültig ob durch Krankheit, Alter oder Arbeitslosigkeit ausgelöst, bedeuten immer schwere Zeiten für den oder die Betroffenen. Wenn wir einen Partner an der Seite haben, der mit uns kämpft, hofft, leidet, gewinnt oder die Niederlage trägt, dann können wir unsere Krise mit ihm teilen. Zwei sind stärker als einer, vorausgesetzt natürlich, dass beide an einem Strang ziehen. Wenn

² Hier vor allem die Anthroposophie, die als eine Art »esoterisches« Christentum in ihrem Menschenbild starke Anleihen beim Buddhismus vornimmt. Siehe hierzu CHRISTOPH LINDENBERG: *Rudolf Steiner. Geillustreerde biografie*, Baarn, (Übersetzung von DERS: *Rudolf Steiner*, Reinbek bei Hamburg 1992), 103ff; RUDOLF STEINER: *Das Ereignis der Christus-Erscheinung in der Ätherischen Welt*, G.A. Bd. 118.

bei dem einen Partner die Kraft nachlässt oder die Hoffnung vergeht, dann hält der andere durch und spricht Mut zu. Was aber geschieht, wenn die Krise darin besteht, dass genau dieser Partner uns verlässt oder wir selbst ihn verlassen wollen? Eine derartige Krise wird von den Betroffenen als sehr schwer erlebt. Leider zeigt das Umfeld sich angesichts des Leidens oft verständnislos, als seien Trennung und Scheidung, eben weil sie heute so häufig vorkommen, keine einschneidende Erfahrung. Manchmal wird den Betroffenen relativierend entgegengehalten, verglichen mit dem Tod des Partners sei eine Trennung oder Scheidung doch harmlos. Wenn der Partner gestorben wäre, wäre das ja wohl noch viel schlimmer. Vielleicht, vielleicht aber auch nicht. Denn Trennung und Scheidung gehen in den meisten Fällen mit vielen Verletzungen, Kränkungen und Demütigungen einher.

Dass eine Ehe geschieden wird, ist zwar gesellschaftlich inzwischen akzeptiert, aber gleichzeitig ein Thema, über das nicht gesprochen wird. Nicht nur über die wirtschaftlichen Folgen, die eine Scheidung mit sich bringt, wird geschwiegen. Auch die Schmerzen, die psychischen und energetischen Zusammenbrüche bleiben im Verborgenen, ebenso die Auswirkungen der Scheidung auf die seelisch-geistige Entwicklung der Kinder und auf deren eigene spätere Beziehungsfähigkeit.³ Dies alles gehört zu den Dingen, über die geschwiegen wird. Und das, obwohl so viele Menschen von dieser Art Krise betroffen sind! Unsere Gesellschaft scheint an dieser Stelle den Folgen der erworbenen »Freiheit« nicht gewachsen zu sein!

³ Und auch die Tatsache, dass im Jahr 2006 in Deutschland von den ca. 190.000 Ehescheidungen ca. 150.000 minderjährige Kinder betroffen waren. Quelle: Statistisches Bundesamt (Stand 31. 08. 2007).

Die eheliche Verbindung⁴ aus spiritueller Sicht

Eine Ehe wird in den meisten Fällen mit der Absicht geschlossen, eine Familie zu gründen, Kinder groß zu ziehen, das Leben mit dem geliebten Partner zu teilen und zusammen »durch Dick und Dünn« zu gehen. Der Anfang ist also voller Hoffnung, und die gibt man so schnell nicht auf, auch wenn es einmal schwierig wird. Gerade die bestandenen Prüfungen schweißen zusammen, gerade die durchlittenen Nächte helfen uns, den anderen zu schätzen. Aus einer anfänglichen Liebesbeziehung entsteht auf diese Weise ein Gebilde, das im Laufe der Zeit immer mehr Ebenen und Aspekte des Zusammenlebens umfasst. Zwei Menschen bilden auf diese Weise »einen Leib«, materiell und organisatorisch (Familie als Kleinbetrieb), aber auch sozial und energetisch gesehen. Sie treten nach außen hin als ein Paar auf, als ein Team, das eine Einheit bildet. Sie sprechen von »meinem« Mann oder »meiner« Frau, wodurch diese enge Verbindung auch sprachlich ausgedrückt wird.

Der Sinn von Ehe geht weit über den körperlich-sexuellen Aspekt hinaus. Er zielt vielmehr auf das Familie-Sein, auf das Formen eines energetischen »Leibes«⁵, der den beiden Partnern und den Kindern dieser Familie Schutz, Geborgenheit, Zugehörigkeit und Identität gibt. Familie ist also sowohl eine materielle und organisatorische Einheit (Wohnung, Finanzen, Tagesablauf), eine soziale Einheit (Kontakte und Kommunikation, Erscheinung nach außen) und eine energetische Einheit (Gefühl von Zugehörigkeit und Identität, Art des Denkens und Glaubens). In vielen verschiedenen Aspekten und Ebenen *bezieht* man sich aufeinander. Diese Beziehung zueinander ist wahrnehmbar. Wir sehen und fühlen (spüren) ob Menschen eine Beziehung zueinander haben und von welcher Qualität diese Beziehung ist.

Die einzelnen grob- und feinstofflichen Schichten der Ehepartner wachsen so im Laufe der Zeit immer mehr zu *einem* Leib zu-

⁴ Das Verständnis dessen, was »Ehe« ist und welchem Zweck sie zu dienen hat, hat sich im Laufe der Zeit sehr verändert. War es früher hauptsächlich eine Verbindung, die der Sicherung von Nachkommen, der eigenen Versorgung, den Besitzverhältnissen, dem Wohlstand oder der Macht diente, so ist sie heute eine Liebes-Verbindung geworden, die – basierend auf einem Gefühl – mehr oder weniger haltbar ist.

⁵ Für das christliche Verständnis dieses »Leibes« siehe Gen 2,24 und Mt 19,6.

sammen, der selbst bei internen Differenzen noch seine Funktion erfüllt. Dieser Prozess des Zusammenwachsens wird durch den formalen Akt der Eheschließung unterstützt. Im Unterschied zu einem Zusammenleben von Partnern ohne Trauschein hat die Eheschließung die Kraft eines Rituals, vor allem wenn sie in einem *religiösen* Kontext (Ehesakrament) stattfindet. Diese Verbindung, auch mit ihren verpflichtenden Aspekten, ist gekennzeichnet durch Zusammengehörigkeit und gegenseitige Verantwortung. Zwei zusammen sind mehr und stärker als die Addition von zwei Einzelnen: Jeder der beiden Partner ist durch die Ehe zum Teil eines Ganzen geworden. Die beiden Partner treten mit dieser Verbindung in eine neue Lebensphase ein, die durch Verbindlichkeit gekennzeichnet ist. Sie haben eine Entscheidung getroffen und sich festgelegt. Diese Entscheidung ist dann auch – anders als beim Zusammenleben ohne Trauschein – nur unter sehr erschwerten Bedingungen rückgängig zu machen. So beschrieben scheint Ehe eine stabile, fast vollkommene Form des partnerschaftlichen Zusammenlebens zu sein. Etwas, das so vollkommen ist, das Menschen so fest bindet, kann doch wohl kaum zerbrechen? Es kann ...

Das Zerbrechen der Ehe – eine große Verletzung

Was also, wenn diese Verbindung den Belastungen des Lebens nicht Stand hält, wenn dieser »eine Leib« auseinander bricht? Dies wird von vielen Menschen als eine große Verletzung erfahren, als eine große Wunde. Innerlich bluten wir, und es besteht die Gefahr, dass wir – energetisch gesehen – ausbluten. Scheidung gehört deshalb, ebenso wie der Tod des Partners oder eines Kindes, zu den schweren Lebenskrisen. Scheidung ist das Auseinanderbrechen der Zwei-Einheit. Die beiden Partner werden zerrissen: materiell, gefühlsmäßig, in der Kommunikation, im Denken und in den Anschauungen, in den sozialen Kontakten. Materiell, organisatorisch, sozial und energetisch gesehen formten sie eine Einheit, die nun unter Schmerzen auseinander bricht. Scheidung ist eine zutiefst existenzielle Erfahrung, mit großen inneren und äußeren Nöten, mit Verletzungen und seelischen Schmerzen, mit tragischen Aspekten. Zerrissene Kinder sind die schlimmste Folge einer Scheidung,

obwohl der Trend dahin geht, diesen Zustand perfekt zu organisieren. Die Kinder sind und bleiben zerrissen, auch und gerade dann, wenn ihre Eltern längst wieder einen neuen Partner gefunden haben. In den Kindern manifestiert sich das Drama der Scheidung am deutlichsten. Wo ist ihr Zuhause? Es gibt kein klares Zuhause mehr, es ist entzwei gebrochen. Diesen schmerzhaften Missstand kaschiert unsere Gesellschaft mit dem Terminus »Lebensmittelpunkt«, das Wort »Zuhause« kommt nicht mehr vor.⁶

Scheidung wurde früher als eine soziale Katastrophe angesehen, inzwischen ist sie gesellschaftlich weit verbreitet und etwas fast Alltägliches geworden. Heute hat sie eher den Status eines »Betriebsunfalls«, den man schnellstmöglich wieder »beheben« muss. Trotzdem haftet ihr der Makel des Versagens an.⁷ Und gleichgültig, ob es um Scheidung nach dem Schuldprinzip oder dem Prinzip der Zerrüttung geht: Wenn eine Ehe auseinander bricht, ist dies mit viel Leid verbunden! Dies wird natürlich nicht von allen Menschen so erfahren, aber von sehr vielen. Auch kann es von den beiden Partnern sehr unterschiedlich erlebt werden. Wichtig ist hier, zwischen dem aktiven Partner (der geht oder der die Trennung initiiert) und dem passiven Partner (der zurückbleibt) zu unterscheiden. Während der Schritt des Weggehens oft als Befreiung erfahren wird, ist das Verlassenwerden, das Zurückbleiben, das Nicht-mehrgebraucht-Werden eine riesige Kränkung für das Ego. Für den anderen nicht mehr attraktiv zu sein ... Welch eine Niederlage! Für viele Betroffene ist diese Erfahrung mit starken Gefühlen des Versagens verbunden, auch den eigenen Kindern gegenüber, denen man doch eigentlich ein Vorbild sein wollte. Vor allem der zurückbleibende Partner trauert, ist verletzt und verzweifelt. Für beide gilt jedoch, dass sie jetzt in die Phase des Auseinanderbrechens kom-

⁶ Es gibt inzwischen viele Ratgeber für diese »Kinderfrage«, die aber aus der hier vorgestellten Sicht weniger eine Lösung sind, sondern eher ein Signal für diesen Notzustand.

⁷ Wenn einer der beiden Partner wieder heiraten sollte, dann ist sein bürgerlicher Stand »verheiratet«, gleichgültig, ob er zum dritten oder vierten Mal heiratet. Sein offizieller Status ist dann *nicht* »zum dritten oder vierten Mal verheiratet«. Mit dem Status »verheiratet« ist seine Weste scheinbar wieder sauber. Der Partner, der nicht wieder neu heiratet, erhält als bürgerlichen Stand »geschieden« und trägt damit einen Makel. Wir werden auf diesen Status noch im Zusammenhang mit Spiritualität zurückkommen.

men, wenn der »eine Leib« (mit seinen vielen Schichten) auseinanderdividiert und wieder zwei werden soll. Auch ohne Streit vor einem Gericht ist dies ein äußerst schmerzhaftes Geschehen. Ehescheidung ist immer eine Mehrfachkrise, die alle Ebenen des Lebens betrifft: die materielle Existenz, die finanzielle Sicherheit, die organisatorische Stabilität, die eigene Identität und oft auch die Integrität als Person. Die sozialen Kontakte und Beziehungen verändern sich oder enden mit dem Weggang des Partners, es kommt zum Verlust von Anerkennung.⁸ Beißende, kaum auszuhaltende Einsamkeit wird von Betroffenen als die schlimmste dieser Erfahrungen geschildert.

Die Bewältigung der Krise

Eines der größten Probleme im Zusammenhang mit Ehescheidung besteht in der Tatsache, dass keine Rituale existieren, die diese Trennung auf der energetischen oder spirituellen Ebene möglich machen würden. Stattdessen gibt es Zerreißproben, Streit, endlose Verletzungen, Gezerre um die Kinder, Auseinandersetzungen vor dem Gericht usw. Den Menschen, den man möglicherweise noch immer liebt, trifft man bei der Scheidung auf dem Gang im Gerichtsgebäude, vor Publikum und im Angesicht von Polizisten, die geschäftig ihren Job tun. Die Gerichtsverhandlung selbst wird zum (weltlichen) Ritual, bei dem der schmerzhafteste Schnitt vollzogen wird. Wohl gibt es inzwischen Rituale im psychologischen Bereich, die bei der *Bewältigung* dieses Trennungsgeschehens helfen. Seit einiger Zeit gibt es Therapeuten, die sich in dieses Gebiet vorwagen und sich dabei der Grenze zum Schamanismus nähern. Dieser Bereich ist insgesamt noch in der Entwicklung begriffen. In den etablierten Religionen jedoch gibt es keine, zumindest keine festlichen Rituale, weil (aus religiöser Sicht) Scheidung eigentlich nicht »vorgesehen« ist.

Je nach persönlicher Veranlagung gehen Menschen auf verschiedene Weise durch die Krise, die durch Trennung, Scheidung oder auch durch den Tod des Partners ausgelöst wird. Vielen Men-

⁸ Bleibt noch die Ebene der Selbstverwirklichung, die wir am Ende der Ausführungen im Zusammenhang mit Spiritualität gesondert besprechen werden.

schen stellt sich die Frage, ob sie das Loch (mit einem neuen Partner) »stopfen« oder ob sie es erst heilen lassen wollen. Ganz oft erledigt sich diese Frage jedoch von selbst, weil Menschen sich einfach irgendwann in der nächsten Beziehung wieder finden. Aber was ist mit denen, die ohne Partner bleiben? Abgesehen von einigen, die sich klar dafür entscheiden, allein zu bleiben, leben alle anderen Alleinstehenden – möglicherweise unbewusst – mit einem enormen Defizit: Ihre Seele dürstet nach einem Gegenüber, der Körper hungert nach Berührung und nach Sex, sie wollen reden, wollen verstanden werden, wollen die Probleme des Alltags teilen. Sie wollen nicht mehr allein sein, weil Alleinsein so schwer ist. Eine große Sehnsucht nach Zweisamkeit lebt in ihnen, die Sehnsucht danach, zusammen mit einem anderen Menschen wieder Einheit und Ganzheit zu erfahren.⁹ Allein fühlen sie sich unvollständig, sie empfinden einen Mangel und möchten wieder zu irgendwem dazu gehören. Auch wenn Alleinstehende heute das Bild unserer Gesellschaft wesentlich mit prägen und sie als so genannte »Singles« ihr Alleinsein offensiv nach außen vertreten, sollte nicht verkannt werden, wie leidvoll das Alleinsein für Menschen sein kann. So leidvoll, dass es nur in seltenen, aber sehr wertvollen Momenten möglich ist, hierüber etwas zu erfahren. Einsamkeit ist ein Tabu-Thema und wird oft als Schande erfahren. Ein neuer Partner wäre ein Signal nach außen: Seht her, ich bin okay! Es gibt jemanden, der *mich an sich lehnt* und damit zeigt, dass ich in Ordnung bin, dass ich *gewollt* bin.¹⁰

Für den Wiederaufbau des neuen Lebens, für die Selbstfindung und für die Entwicklung einer neuen Identität gibt es inzwischen viele gute (psychologische) Ratgeber und auch Selbsthilfegruppen. Wie bei jeder schweren Lebenskrise führt auch die Bewältigung einer Scheidungskrise, wenn es denn eine *echte* Bewältigung sein soll, durch die Phase der Akzeptanz, des Annehmens dessen, was geschehen ist, und danach zur Phase der Erschließung eines »Sinns«

⁹ Diese Sehnsucht ist auch Menschen in Partnerschaft vertraut, wenn sie nach einer intensiven sexuellen Vereinigung Trauer verspüren. Trauer darüber, dass sie wieder allein und getrennt sind. Nach einer Trennung, Scheidung oder nach dem Tod des Partners kommt dieser »Hunger«, dieses Verlangen manchmal mit Macht an die Oberfläche des Bewusstseins.

¹⁰ So Herbert Grönemeyer in dem Titel *Zum Meer* seiner CD *Mensch* (2002).

dieser Krise. Solche Lebenskrisen – mit ihrer existentiellen und damit auch spirituellen Dimension – treten »ungefragt« in unser Leben, niemand ist masochistisch genug, sie zu rufen oder sie sich zu wünschen. Für die eigene Entwicklung jedoch sind Lebenskrisen eine ausgezeichnete Möglichkeit, eine Chance, psychologisch zu reifen und spirituell zu wachsen – in der Gottesbeziehung. Dies ist eine Sichtweise, die Betroffenen – wenn überhaupt – erst im Nachhinein möglich wird. Spirituell gesehen sind schwere Lebenskrisen zunächst ungeliebte, aber doch wertvolle Geschenke, die ausgepackt werden wollen. Es geht darum, den Schatz zu heben, der möglicherweise in diesen Krisen für uns verborgen liegt.

Alle Krisen, sind eine Einladung, neu über unsere *eigene* Berufung nachzudenken. Was will jetzt gelebt werden? Was ist mein eigentliches Lebensziel? Wofür bin ich hier? Was ist meine Aufgabe? Was will Gott für mich? Schwere Lebenskrisen sind insgesamt eine ausgezeichnete Möglichkeit, die ersten, entscheidenden Schritte auf dem spirituellen Weg zu gehen. Und dies gilt gerade auch für die Krisensituation, die mit Trennung und Scheidung verbunden ist.

Die Rolle der Spiritualität¹¹

Trennung und Scheidung sind für die allermeisten Menschen ein Grund, ernsthaft darüber nachzudenken: »Will ich noch einmal?« Manche wollen, manche wollen nicht. Ein neuer Partner verspricht wieder die Zwei-Einheit, die volle Teilnahme am sozialen Leben, verspricht neue Kraft und neue Erfüllung. Wir werden wieder aktiv und haben die Krise anscheinend hinter uns. Aber auch wenn dies sehr hart klingt: Wir werden diesen Partner wieder verlieren, entweder weil auch er geht oder eines Tages stirbt oder weil wir selbst sterben werden. Denn Partnerschaft und Ehe gehören der endlichen Dimension des Lebens an. Leben ist endlich und auch alles, was dazu gehört. Mit einem neuen Partner nehmen wir an dieser *endlichen* Dimension teil, auch wenn das zu Beginn anders gefühlt

¹¹ Mit Spiritualität ist hier ein Leben in Religiosität und mit spiritueller Praxis gemeint. Auch innerhalb von Ehe und Familie gibt es Spiritualität, einzeln, gemeinsam mit dem Partner und (hoffentlich) auch mit den Kindern. Die Familie ist dann der Rahmen, innerhalb dessen das religiöse Leben praktiziert wird.

wird und wenn der Schwur von ewiger Liebe noch so aufrichtig gemeint ist.

Trennung und Scheidung sind deshalb eine gute Gelegenheit, darüber nachzudenken, was wir im Leben – und über das Leben hinaus – eigentlich *wirklich* wollen. Trennung und Scheidung sind ein »Scharniermoment«, an dem wir neu wählen können, welchen Weg wir nun gehen wollen. Eine der vielen Möglichkeiten besteht darin, diese Krise als Chance zur spirituellen Entwicklung zu nutzen. Damit ist gemeint, die eigene Seele Gott zuzuwenden und allmählich die (scheinbare!) Trennung von Gott zu überwinden. Diese Krise als Chance für spirituelle Entwicklung nutzen zu wollen, würde aber erfordern, vollständig durch die Krise hindurchzugehen und die Schmerzen auszuhalten, die mit diesem Wachstumsschritt verbunden sind. Die Schmerzen nicht zu verdrängen, nicht zu betäuben, sondern sie zuzulassen. Nicht zu flüchten, sondern standzuhalten (auszuhalten!). Dazu gehört vor allem das Alleinsein, die Einsamkeit. Scheidung und ihre Bewältigung kann auf diese Weise zu einem spirituellen Wachstumsprojekt werden. Genau wie das Verbleiben in der Ehe ein spirituelles Wachstumsprojekt hätte sein können! Die spirituelle Sicht auf Leid und Krise weicht hier – prinzipiell betrachtet – von der psychologischen Sichtweise ab.¹² Spirituelle Begleitung verfolgt eine andere Absicht als psychologische Begleitung, sie »bedient« Bedürfnisse auf einer anderen Ebene. In der spirituellen Begleitung werden Lebenskrisen als ein (durchaus wertvolles) Stadium auf dem Weg zu Gott angesehen, und man versucht, das erlebte Leid für die Vertiefung der eigenen Gottesbeziehung zu nutzen. Spirituelle Begleiter helfen uns dabei, das Leid der Krise zu durchleben und uns im Zustand des Aufgebrochen-seins Gott zuzuwenden. Manchmal kann es jedoch viel Leid bedeuten, bevor diese Mühe belohnt wird. Einem solchen Aufschub von Befriedigung sind Menschen der heutigen Zeit jedoch kaum noch gewachsen. Sie wollen ihr Glück *jetzt* und verzichten damit (vorläufig) auf die Glückseligkeit. Es ist vor allem diese Vertröstung auf später (auf das Jenseits), die den Religionen aus materialistischer Sicht vorgeworfen wird.

¹² Unglücklicherweise werden – in einer psychologisierten Gesellschaft! – diese Sichtweisen oft vermengt und werden Gesetzmäßigkeiten der psychologischen Ebene auf Aspekte der spirituellen Ebene angewandt.

Mit spirituellen Augen betrachtet könnte auch den Verletzungen eine andere Bedeutung gegeben werden. Wer verletzt uns eigentlich? Der Partner? Das Leben? Gott? Es ist eine Frage der *Sichtweise*. Möglicherweise geschieht diese Verletzung, weil die Burg (oder Festung?) unseres Egos und unserer Persönlichkeit uneinnehmbar war? Mit spirituellen Augen sieht der Betrachter, dass Gott uns zu sich zurückholen will und dafür einen Zugang sucht. Einen Zugang für Seine Liebe – für Seine Liebe zu uns. Aus dieser Sicht ergibt sich also eine andere Interpretation des schmerzhaften Geschehens bei einer Trennung oder Scheidung. Abgesehen davon, dass es aus spiritueller Sicht eigentlich überhaupt keine Scheidung gibt! Wir können uns zwar auf den einfacheren Ebenen (materiell, organisatorisch, emotional, kommunikativ, sozial...) scheiden lassen, aber die eigentliche Verbindung, die wir mit einer Ehe eingehen, liegt viel tiefer. Es ist die Entscheidung zweier Seelen, dieses schwierige Projekt »Familie« zusammen anzugehen und zu absolvieren. Zwei Seelen sagen »Ja« zueinander. Ehe ist ein *commitment*, ein Ja-Wort, das gegeben wird, für gute wie für schlechte Zeiten. Wir geben in guten Zeiten (Verliebtheit) das Ja-Wort für die schlechten Zeiten (Krisen). In guten Zeiten brauchen wir dieses Ja-Wort eigentlich nicht, in den schlechten Zeiten jedoch umso mehr. Wir gehen damit eine Verbindlichkeit ein, die wir zum Zeitpunkt der Eheschließung auch ernst meinen, eine Verbindung vor Zeugen und vor Gott. Später können wir den aufgebauten »Leib« zwar wieder weitgehend abbrechen, aber wir können das verbindende Band auf der spirituellen Ebene, das auf einer tiefen Ebene die Zweiheit zu einer Einheit gemacht hat, nicht einfach lösen.¹⁵ Auf dieser spirituellen Ebene können wir uns von *keinem* Menschen trennen. Die eigentliche, spirituelle Einheit bleibt bestehen, und genau darum bereitet eine Trennung oft über Jahre hinweg

¹⁵ Das Sich-aufeinander-Beziehen erzeugt in zunehmendem Maße ein Verbundenheitsgefühl, das auch im Falle einer Trennung oder Scheidung immer noch etwas in den beiden Partnern zum Klingen bringt, wenn zum Beispiel der Name des anderen genannt wird. Bei Einladungen versucht man mit feinem Ohr herauszuhören, ob »der andere« ebenfalls eingeladen ist. Auch das lautstarke Betonen, dass der andere uns nicht mehr interessiert und uns jetzt egal ist, gehört in diese Kategorie.

Schmerzen.¹⁴ Diese tiefen Ebenen werden normalerweise ausgeblendet, aber wir können uns der spirituellen Dimension durchaus bewusst werden. Und damit auch der Tatsache, dass solche Lebenskrisen ein Katalysator für die eigene spirituelle Entwicklung sein können.

Kind Gottes werden?

Auf diesem tiefen Niveau sind wir alle – gläubig oder nicht – Kinder Gottes. Die Frage ist jedoch, ob wir diese Tatsache annehmen und sie verwirklichen. Verwirklichen heißt, *wirklich* in diesem Bewusstsein zu leben und zu handeln. Spirituell gesehen ergeben sich in dieser Hinsicht mitten in den schwärzesten Phasen einer Krise neue, ungeahnte Möglichkeiten. Aus dieser Perspektive lautet die Frage nämlich, ob wir das Loch, das der Verlust des alten Partners gerissen hat, mit einem neuen Partner »stopfen« wollen oder ob wir es *heilen* lassen wollen. Heilen lassen würde bedeuten, dass wir zunächst keinen neuen Partner nehmen, sondern durch all' die schwierigen Prozesse (Lernprozesse!) gehen, die nötig sind, um das Geschehen wirklich zu verarbeiten, den schweren Verlust in das eigene Leben und in die eigene Person/Persönlichkeit zu integrieren und auf diese Weise zu reifen. Das aber würde bedeuten, dass wir eine Zeitlang ohne Gefährten durchs Leben gehen, und das ausgerechnet in einer so schwierigen Phase. Es könnte bedeuten, den Schmerz nicht »weg zu machen«, sondern ihn Gott zu Füßen zu legen und uns im Schmerz mit Gott (oder Christus) zu vereinigen.¹⁵

¹⁴ Dies gilt auch für andere familiäre Beziehungen, die keine Erlösung aus ihren Schwierigkeiten erfahren. Die therapeutische Methode der »Familieaufstellung« arbeitet genau hieran und führt Menschen zur Versöhnung und so zur Erlösung aus diesen Schwierigkeiten. Sie bringt Menschen (innerlich) wieder zusammen, statt sie zu trennen. Bei der Familieaufstellung, die einen durchaus spirituellen Ansatz verfolgt, ist es aus therapeutischen Gründen üblich, alle vorherigen Partner – trotz Trennung – als Teil des Systems zu betrachten und mit »aufzustellen«.

¹⁵ „[...] denn auch das Los Jesu wurde in erster Linie verstanden als ein Leiden, das durch Gott gewollt und durch Jesus akzeptiert wurde. Dieses Leiden – dieses »passio et mors Domini« – kulminierte letztendlich in einem zwar

Für fast alle Betroffenen stellt sich in einer solchen Situation die Frage, wie es weitergeht und was man mit dem Rest des Lebens nun machen soll. Für spirituelle Menschen kann sich zusätzlich auch die Frage stellen, was eigentlich Gott von ihnen will! Die Frage ist dann nicht länger, welchen Sinn ich selbst meinem zukünftigen Leben geben will, sondern welchen Sinn Gott meinem Leben geben möchte. Was hat Er mit mir vor, was will Er für mich? Für Menschen, die bereits eine gewisse Spiritualität entwickelt haben, ist es möglich, nach einer Scheidung Gott als Partner zu wählen. Die eigene Sehnsucht, das tiefe Verlangen nach einem Partner, nach einem liebevollen Anderen kann auf Gott gerichtet werden. Neue Möglichkeiten tun sich auf, wenn wir Gott (oder Christus) als Partner zulassen, unser Gespräch (im Gebet) an Ihn richten und schauen, auf welche Weise Er antwortet. Dies wäre natürlich auch früher möglich gewesen, aber wir haben – als Weltmenschen – möglicherweise zu viel nach außen gedacht, geredet und gehört. Das Gespräch mit Gott ist eher ein stilles, innerliches Gespräch und die Antworten sind eher innerlich zu hören, wenn wir denn *hören* könnten. Wenn wir uns für diese Möglichkeiten öffnen, dann betreten wir ein neues Erfahrungsfeld, nicht länger nur der materiellen, sozialen oder psychologischen Realität, sondern das Feld der spirituellen Erfahrungen. Es eröffnet sich uns eine neue, bisher *unsichtbare* Ebene von Realität, die wir jetzt wahrzunehmen lernen. Es ist eine Wahrnehmung, die als Anlage, als Potenzial in jedem von uns vorhanden ist und mit der wir nun feinere Signale, sozusagen höhere Frequenzen erfassen und interpretieren lernen. Zur anfänglich rein physikalischen Wahrnehmung hatten wir irgendwann die soziale und psychologische Wahrnehmung hinzu erworben, jetzt entwickeln wir zusätzlich die Wahrnehmungsebene der Spiritualität und erobern uns damit eine weitere Ebene der (*selben, alles umfassenden!*) Realität.¹⁶

tötenden, aber Heil verschaffenden Schmerz (Übersetzung E. H. E.)“ (HERMANN HÄRING: „*Laat mij jouw wonden zien*“. *Over pijn, lichamelijkeheid en identiteit*, in: JEAN-PIERRE WILS [HG.]: *Pijn en lijden*, Best 1998, 20).

¹⁶ Der Begriff »Realität« wird oft nur auf die rein physikalische Wirklichkeit angewendet, was aber unbefriedigend bleibt. Auch Gefühle wie Angst oder Liebe sind Realität (psychologische Realität), ebenso das Gottesverlangen des Menschen (spirituelle Realität).

Krisen, gerade wenn sie schlimm sind, enthalten immer auch die Chance zu einem spirituellen Durchbruch. Dieser Durchbruch wird vor allem dann möglich, wenn wir Gott als Partner zulassen, wenn wir uns im Gebet an Ihn (oder an Christus) wenden, wenn wir unsere tiefe Sehnsucht, unser unsägliches Verlangen zulassen und auf Ihn richten – und nicht verdrängen oder im Außen befriedigen, was sehr menschlich wäre! Dieser Durchbruch wird möglich, wenn wir ein intensives Gebetsleben entwickeln, wenn wir das Gespräch, die Zwie-sprache mit Gott suchen und pflegen. Und dies solange tun, mit jeder Faser unseres Seins, mit der ganzen Sehnsucht unserer Seele, bis der göttliche Andere sich zeigt oder zu uns spricht. Wer so an die »Himmelstür« klopft, dem wird aufgetan. Dann werden wir entschädigt für unsere Mühe, dann werden wir für den Verzicht auf die normale Befriedigung reich belohnt. Glauben kann so zur religiösen *Erfahrung* werden. Auf diese Weise werden wir satt und zufrieden sein, auch wenn gerade unsere eigene kleine, private Welt untergeht. Unser großes hungriges Loch wird »gestopft«, besser: Es wird gefüllt, denn jetzt sind wir *er-füllt*. Es ist der göttliche Andere, der uns jetzt ausfüllt.

Zum Abschluss noch einmal zurück zur Vielfalt des Lebens und zur Individualität eines jeden Einzelnen: Es gibt so viele Wege zu Gott, wie es Menschen gibt.¹⁷ Bei den vielen möglichen Wegen, die ein Mensch gehen kann, gibt es wahrscheinlich kein Richtig oder Falsch, es ist eher eine Frage unserer *Berufung*. In unserer säkularisierten Gesellschaft wird jedoch manchmal subtiler bis offener Druck ausgeübt, doch möglichst schnell die nächste Beziehung einzugehen. Vielleicht ist es gut, diesem Druck eine Zeit zu widerstehen und sich selbst den Raum zu gönnen, sich den *Sinn* des Geschehens zu erarbeiten. Gerade hinsichtlich dieser Sinnfrage könnte die spirituelle Begleitung von Betroffenen, die zumindest zeitweise sozial und auch kirchlich »am Rande« stehen, eine wichtige Unterstützung sein.

¹⁷ Vgl. JOSEPH KARDINAL RATZINGER: *Salz der Erde. Christentum und katholische Kirche an der Jahrtausendwende*. Ein Gespräch mit Peter Seewald, München 21996, 35.

Manchmal kann es dann sein, dass neben Ledig-, Verheiratet- oder Geschiedensein ein vierter (nicht bürgerlicher) Status für uns vorgesehen ist: ein geistig-religiöses Leben zu leben, ohne eine Partnerschaft einzugehen. Hiermit ist nicht unbedingt der Eintritt in ein Kloster oder in einen Orden gemeint, es ist vielmehr eine Lebensweise gemeint, in der Gott der Mittelpunkt ist, auf den hin wir uns zunehmend orientieren. Gott kann so zum »Lebensmittelpunkt«, dann zum »Zuhause« werden. Ob verheiratet oder geschieden – auf diese Weise wird Trennung wieder aufgehoben, aber es ist eine ganz andere, viel tiefer liegende »Trennung«, die hier *gebeilt* wird.