

Mathias Jung

Deutschlands Beziehungspapst

Zum 75. Geburtstag von Dr. Hans Jellouschek

Lieber Hans, die französische Schriftstellerin Françoise Sagan (*Bonjour tristesse*) bemerkt einmal: „Von manchen Menschen glaubt man, sie seien tot. In Wahrheit sind sie nur verheiratet.“ Genau da sind wir Paartherapeuten sozusagen als Erste Hilfe, als Rotes Kreuz der Liebe gefragt. Deine Schülerin, die Diplompsychologin, Psychotherapeutin und stellvertretende Chefredakteurin von *psychologie heute*, Ursula Nuber nannte dich einmal „Deutschlands Beziehungspapst“. Der Begriff stammt ursprünglich von dem Nachrichtenmagazin SPIEGEL.

Du zuckst zusammen. Das ist dir zu viel an Ehre. Ich weiß schon, du hast mich in einem Brief im Oktober des letzten Jahres, hart an der Grenze zur strafrechtlichen Nötigung, gewarnt: „Ich habe noch eine kleine Bitte an dich: Nämlich, dass du keine zu großartigen ‚Lobeshymnen auf mich singst‘! Du bist ja ein Mensch, der begeisternd reden kann, darum hab ich ein wenig Angst, dass mich deine Rede in der ‚Hitze des Gefechtes‘ etwas zu toll darstellen könnte – und das wäre mir peinlich.“

Aber, lieber Hans, hast du bedacht, dass ich dein Laudator bin? Das kommt von *laus, laudis*, was laut dem *Stowasserschen Schul- und Handwörterbuch für Latein* (4. Auflage 1956) „Lob, Ruhm, Lobsprüche, Verdienst, Ruhmestat“ bedeutet. Folglich ist der Laudator, nach der gleichen lexikalischen Quelle, ein „Lobredner“ und „Belobungszeuge“, im Zweifelsfall der „Leichenredner“. Davon kann hier keine Rede sein. Wir alle hier wünschen dir ein Lebensalter im stratosphärischen Bereich eines Jopi Heesters. Lehne dich also zurück und durchstehe im Folgenden alle fürchterlichen Peinlichkeiten, die dir dein dankbarer Schüler Mathias Jung bereitet. Er ist, wie du richtig ahnst, im Sinne Fritz Riemanns halt ein hysterischer Charakter mit depressiven Einschlägen, was wohl zum Therapeutenberuf prädestiniert.

Das Leben

Du bist Österreicher in Deutschland. Du hast also einen Migrationshintergrund. Aber man merkt es nicht mehr. Geboren 1939 in Linz, wirkst du auch noch heute als prominenter Redner in der Erfolgsreihe der dortigen Volkshochschule „Beziehungsfällen“ mit und erreichst noch im vergangenen Januar ein Publikum, das in die Hunderte reicht. Überhaupt ist die Vortragstätigkeit im ganzen deutschsprachigen Raum ein Spielbein deiner Existenz geworden.

Fasziniert hat mich – als Schüler des österreichischen Jesuitenkollegs „Stella matutina“ in Feldkirch/Vorarlberg – deine elf Jahre in der *Societas Jesu*, dem Jesuitenorden. An der Universität Innsbruck bist du 1969 zum Doktor der Theologie promoviert worden. Fast wäre

ein Priester aus dir geworden. 1968 bis du aus dem asketisch-leibfeindlichen Orden ausgetreten. Das ist dir außerordentlich schwer geworden, das so genannte ewige Gelübde der Armut, Keuschheit und des Gehorsams zu brechen. Aber der Bruch einer Versprechung kann, wie wir aus deinem, ich möchte fast sagen, Jahrhundertwerk *Warum hast du mir das angetan? Untreue als Chance* in der Ehe wie bei einem gebrochenen Gelübde *Treue zu sich selbst* bedeuten. Jean Paul Sartre spricht in diesem Zusammenhang einmal vom „Terror des Eids“. Erich Fried sagt in einem Gedicht: „Ein nicht gebrochenes Versprechen kann ein Verbrechen sein“ – gegen sich und gegen den anderen.

Ursula Nuber hat in ihrem psychologisch filigranen Portrait von dir im Oktober 2007 in *psychologie heute* über Dich geschrieben: „Brüche, Abbrüche, Neuanfänge, das ist das Muster, das sich durch seine Biographie zieht. Gerade dieses Muster bewegt ihn wohl wie keinen Zweiten, sich in die Lage von Menschen einzufühlen, deren Leben aus der Bahn geraten ist.“ Ich glaube, es wäre für uns alle deine Schüler, Leser, Kolleginnen und Kollegen ein Desiderat, einmal ein Büchlein oder einen größeren Essay über das Drama deiner Individuation in den Händen zu halten. Du warst ein dicker, verspotteter Junge, ein Muttersohn auch. Du wurdest von der überbehütenden ersten Frau deines Lebens emotional gefesselt. Wie sagt der psychoanalytische Kalauer: „Was ist der Unterschied zwischen einer klammernden Mutter und einem Piranha?“ Antwort: „Der Piranha lässt wieder los.“

Du hast wohl auch das „Drama der Vaterentbehmung“ (Horst Petri), die psychische Abwesenheit deines Juristenvaters erlebt. Muttersöhne, das kennen ich selbst als Sohn einer alleinerziehenden, überbeschäftigten Arztmutter, die uns drei Söhne in das grausam strenge Jesuiteninternat deponierte, sind psychisch schwierig konstelliert. Ich zitiere im Folgenden weiterhin Ursula Nuber: „Nun tritt er in den Jesuitenorden ein. Das war, erinnert sich Jellouschek, eine typische Mutter-Sohn-Berufswahl: Einerseits habe ich mich entschieden, ganz weit weg von meiner Mutter zu gehen. Andererseits habe ich einen Berufsweg eingeschlagen, der mich davor bewahrte, eine andere Beziehung als die zu meiner Mutter einzugehen. Das war eine Kompromisswahl. Zudem ist der Orden eine reine Männergesellschaft, die Jesuiten besetzen die Leerstelle, die der schwache Vater hinterlassen hat.“

Wie so viele vorzügliche Kleriker, die damals und heute den Schoß der katholischen Mutterkirche verlassen, begannst du an den menschlichen Defiziten der Institution und an ihrer kanonischen Härte zu leiden. Du begannst, die Ordensexistenz zu bezweifeln, sehntest dich nach dem Gotte Eros, einer Frau in deinem Leben und der Selbstverantwortung für deine Biographie. Ursula Nuber: „Depressionen und Sinnlosigkeitsgefühle quälten ihn.“

Du hast den Aufbruch gewagt. Du hast auf einem gruppenspezifischen Seminar deine erste Frau Viktoria kennen und lieben gelernt, bist am Ende, trotz Panikattacken und Suizidphantasien, 1969 die Ehe mit ihr eingegangen. Du wurdest mit zwei wundervollen Töchtern, Heidi und Stefanie, beschenkt. Sie lieben dich und folgen als Ärztinnen einem humanen Auftrag. Du und deine Frau Viktoria habt euch dann getrennt, weil die Ehe kriselte. Du hast nicht die Schuldfrage gestellt, sondern, wie in vielen deiner Bücher, das Geheimnis der Partnerwahl reflektiert: „Diese Partnerwahl war eine Protestwahl. Meine erste Frau war in allen Punkten das Gegenteil von meiner Mutter. Und Protestwahlen, das weiß der Paartherapeut heute, bringen fast immer Schwierigkeiten mit sich. Eine Partnerwahl muss sich mit der eigenen Geschichte vertragen. Wenn es in diesem Punkt keine Kontinuität gibt, entsteht eine tief liegende, nicht überbrückbare Fremdheit.“

Wieder eine Krise. Das Gelübde gebrochen. Die sakramentale Ehe verlassen. Seelische Heimatlosigkeit. In der Krise lag die Chance deines Neubeginns. Du warst inzwischen ausgebildeter Eheberater im Psychotherapeutischen Zentrum Stuttgart-Sonnenberg. Das erlaubte dir den Ausstieg aus der Kirche als Arbeitgeber. Du wurdest zum Leiter der Familienberatungs- und Behandlungsstelle. Du absolviertest die verdammt schwere Ausbildung zum Transaktionsanalytiker bei Rüdiger Rogoll am Bodensee. Du wurdest zum Lehrtherapeuten für Transaktionsanalyse. Das ist eine verdammt schwere und anspruchsvolle Ausbildung. Ich hätte Angst davor gehabt. Daneben unterzogst du dich mehreren Fortbildungen in systemischer Therapie.

Dann trat als Kollegin die aus einer westfälischen Bauernfamilie stammende Diplompädagogin und Familientherapeutin Margarete Kohaus-Jellouschek in dein Leben. Ihr habt 1980 geheiratet. Ich habe deine feine und kluge Frau noch bei meiner Ausbildung bei dir kennengelernt. Ihr wart, als ihr euch selbständig gemacht habt in eurem Therapiezentrum in Ammerbuch-Entringen, ein ungewöhnliches, in sich differenziertes und anspruchsvolles Paar, beeindruckend. Ihr wart in Empathie, scharfer Intelligenz und handwerklicher Genauigkeit als Ausbilder einmalig. Bald stand jedoch der Schatten der Krankheit Krebs, des Non-Hodgkin-Lymphoms über eurer 18-jährigen Ehe. Deine Schilderung von Margaretes Sterben in sokratischer Würde und in letztllicher Selbstbestimmtheit hat nicht nur mich zu Tränen gerührt.

In deinem Memorial und bewegenden Nekrolog auf Margarete Kohaus-Jellouschek unter dem programmatischen Titel *Bis zuletzt die Liebe. Als Paar im Schatten einer tödlichen Krankheit* (Herder 2002) hast du uns Leser, vor allem uns ältere, beschenkt. Durch das Aufzeigen von Coping- und Überlebensstrategien. Du schriebst: „Der Krebs forderte uns heraus, wirklich zu leben.“

Meine Frau Ilse und ich sind dreiundsiebzig und zweiundsiebzig Jahre alt. Wir werden von Jahr zu Jahr stärker mit dem Ende unserer Zweisamkeit konfrontiert. Was uns und andere Leser erschütterte, war: Die Klarheit und Nüchternheit deiner Ausführung in diesem Buch. Die Abwehr irreleitender esoterischer und so genannter psychologischer Deutungen mit ihrer Schuldkonsequenz. Deine Hilfestellung in der heiklen Frage selbst der Sexualität. Das Verstehen und Aufbrechen alter Eigen- und Paarmuster. Der Ernst der tödlichen Krankheit. Die Aggression, Überforderung, aber auch die Entlastung durch Freunde. Schließlich das Ringen um eine säkulare Spiritualität. Was du über die existenzielle Bedeutung von Zärtlichkeit im Zeichen der Zartheit und Zerbrechlichkeit des bedrohten Partners und der endlich werdenden Partnerschaft geschrieben hast, gehört für mich zum Schönsten, was je darüber gedacht wurde. Mit Hilde Domin hast du das melancholische Wesen dieser Zärtlichkeit unübertreffbar in Worte gefasst:

Zärtliche Nacht

*Es kommt die Nacht
da liebst du*

*Nicht was schön –
was hässlich ist.*

*Nicht was steigt –
was schon fallen muss.*

*Nicht wo du helfen kannst –
wo du hilflos bist.*

*Es ist eine zärtliche Nacht,
die Nacht da du liebst*

was Liebe nicht retten kann.

Der Tod also als der große, harte Lehrmeister unseres Lebens. In der gemeinsamen Begegnung mit dem Benediktiner und Zen-Meister Willigis Jäger lerntet ihr die *gegenstandslose Meditation* kennen

Du hast das großartige Frauenleben von Margarete gewürdigt und sie im Sinn der Paardynamik und Paarevolution als Entwicklungshelferin gerühmt. Ich zitiere nach Ursula Nuber: „Margarete hat mir geholfen, in der Therapieszene Fuß zu fassen, sie hat mich auf dem Weg vom Theologen und Eheberater zum Psychotherapeuten ermutigt und gestärkt.“

Was wäre das Leben ohne diese erlebten, erlittenen und befreienden Metamorphosen und Wandlungen. Goethe sagt es in einem seiner existenziellen, unsterblichen Gedichte aus dem *Westöstlichen Diwan* so:

*Lange hab' ich mich gesträubt
Endlich gab ich nach
Wenn das alte Ich zerstäubt
Wächst das neue nach
Und solange du das nicht hast
Dieses Stirb und Werde
Bist du nur ein trüber Gast
Auf der dunklen Erde*

2002 gehst du die dritte Ehe ein mit Bettina Otto. Du traust dich. Eigentlich wolltest du nicht noch einmal heiraten. Ein – glücklich überwundener – Prostatakrebs – trübte dein Glück und stellte dein neues Leben auf eine harte Probe. Du, Bettina, gelernte Hebamme, Mutter der erwachsenen Kinder Julia und Jan, bist Transaktionsanalytikerin. Inzwischen schreibt ihr gemeinsam spannende Bücher. Dazu später. Du, liebe Bettina, beflügelst Hans wohl. „Die Liebe“ schrieb der Dominikanerreformator Bernhard von Clairvaux, „wandelt die Seelen um und macht sie frei“.

Der Lehrer

Wie dich als Lehrer würdigen? Du tust es nicht nur als Ausbilder, sondern auch als Bestsellerautor. Der Öffentlichkeit wurdest du bekannt in deiner meisterlichen Analyse *Der Froschkönig. Ich liebe dich, weil ich dich brauche.* (2001). Die Zahl deiner theoretisch prägnanten und gleichzeitig lebenspraktischen Veröffentlichungen für eine große, sensible Leserschaft ist beeindruckend. Ich zitiere hier unvollständig: *Warum hast du mir das angetan? Untreue als Chance* (1995), *Die Rolle der Geliebten in der Dreiecksbeziehung* (2004), *Wie Partnerschaft gelingt. Spielregeln der Liebe* (2005), *Die Kunst als Paar zu leben* (2005), *Die Paartherapie. Eine praktische Orientierungshilfe* (2005), *Wie man besser mit den Wünschen seiner Frau umgeht. Vom Fischer und seiner Frau* (2006), *Die Froschprinzessin, wie ein Mann zur Liebe findet* (2006), *10 Liebesregeln für das Glück* (2007), *Mit dem Beruf verheiratet* (1997), *Was Liebe braucht. Antworten auf die wichtigsten Beziehungsfragen* (2012), *Liebe auf Dauer. Was Partnerschaft lebendig hält* (2009), *Wenn Paare älter werden.*

Die Liebe neu entdecken (2008), *Achtsamkeit in der Partnerschaft. Was dem Zusammenleben Tiefe gibt* (2011), *Wagnis Partnerschaft. Wie Liebe, Familie und Beruf zusammengehen* (2004), *Im Irrgarten der Liebe. Dreiecksbeziehungen und andere Paarkonflikte* (1991). Außerordentlich wichtig war dein mit anderen Autoren veröffentlichtes Werk über Stieffamilien, heute Patchwork-Familien genannt. Es war, glaube ich, eine der ersten Publikationen zu diesem schweren Problem, das ich selbst in meiner ersten Ehe erlebt und nicht gemeistert habe. Die meisten deiner Bücher erschienen bei unserem heutigen Gastgeber, dem traditionsreichen Herder- und dem ihm verbundenen Kreuz-Verlag.

2012 veröffentlichst du zusammen mit Bettina Jellouschek-Otto *Wau! Was Paare von Hunden lernen können*. Daraus habe ich noch einmal einiges gelernt, weil ich selbst der Besitzer eines bindungsstarken und zärtlichen Neufundländers bin. Als alten Ehemann hat mich besonders ein Satz in diesem Buch gefreut: „Bindung hat etwas mit Körperkontakt zu tun. Der Hund sucht immer wieder Körperkontakt zu uns.“ Stattdessen sind viele Paare im Alltag, ich zitiere, „intimate strangers“, vielleicht mit „nahestehende Fremde“ zu übersetzen. Aber auch der Satz über Nike Jellouschek ist hilfreich. Sie ist, liebe Freunde, nicht die Tochter von Hans und Bettina, sondern ihr Hund. Bettina und Hans Jellouschek konstatieren: „Was ‚Leben im Hier und Jetzt‘ heißt, können wir überzeugend von Hunden lernen: Nike ist immer ganz bei dem, was jetzt gerade ist. Wenn sie Hunger hat, beim Hunger. Wenn sie müde ist, schläft sie. Wenn sie Ruhe haben will, legt sie sich in ihren Korb. Wenn sie sich freut, ist sie ‚ganz Freude‘, wenn sie leidet, ist sie ‚ganz Schmerz‘. Was gestern war, trägt sie uns nicht nach. Was morgen sein wird, macht sie nicht besorgt. Sie quält sich nicht mit Gestern und Morgen, sie lebt – sich freuend, leidend, schmatzend, schläfrig, zufrieden usw. – ganz und gar im ‚Hier und Jetzt‘“. Lasst uns Liebenden also vergnüglich gemeinsam schmatzen, schlafen und gegenseitig die Schnauze lecken – im Hier und Jetzt.

Als Beziehungslehrer hast du aus deinen „sehr schwierigen und komplizierten“ Beziehungen gelernt und in der Eheberater-Ausbildung „eine Art Selbstheilungsversuch“ unternommen. Das entnehme ich dem Interview des Theologen und Gestalttherapeuten Ulrich Lessin, (ohne Datumsangabe). Jellouschek interessiert, sagt er da, das konfliktreiche Thema der „heutigen Beziehungsideale und der heutigen Beziehungsrealität“. Orientierungs- und Rollenunsicherheit machen das *alltägliche* Chaos der Liebe (Ulrich Beck) aus. Jellouschek: „Es wirkt sich vor allem so aus, dass die Paarbeziehung sehr viel unsicherer geworden ist, weil sie nicht mehr durch so vieles zusammengehalten wird, sei es die Weltanschauung, sei es die wirtschaftliche Notwendigkeit. Das sind z. B. ganz wesentliche Faktoren, die früher von außen eine Beziehung zusammengehalten haben, ganz gleich, wie die Qualität der Beziehung war. Dadurch waren andere Wahlmöglichkeiten von vornherein begrenzt, so dass man gar keine andere Wahl hatte, als mit *diesem* Menschen sein Leben zu verbringen. Heutzutage fallen diese äußeren Faktoren immer mehr weg, verlieren immer mehr an Bedeutung und Einfluss. Und das hat zur Folge, dass das, was das Paar eigentlich als einziges zusammenhält, die Frage ist: Haben wir *qualitativ* so eine gute Beziehung, dass wir beide zusammenbleiben wollen?“ Zugleich legen wir heute als Liebende zentralen Wert auf Autonomie. In meiner Praxis hängt ein Schild: „Erst wenn ich *ohne* dich leben kann, kann ich *mit* dir leben.“

Hans Jellouschek fügt einen Hinweis hinzu, der für uns Paartherapeuten und Paartherapeutinnen von eminenter Bedeutung ist: „Für die konkrete Arbeit heißt es, dass der Therapeut heutzutage über seine *Person* die Sicherheit und Geborgenheit vermitteln muss“. Der Therapeut, soll, so Jellouschek, „eine engagierte Haltung“ zeigen: „Für mich ist also eine neutrale therapeutische Haltung nicht angemessen. Statt neutraler Distanz ist die bessere Haltung für mich, dass der Therapeut sich immerzu engagiert für die Anliegen, Nöte und Wünsche der Partner aneinander und an das Leben, und all das unterstützt, was dem Leben

Impulse gibt und was dazu drängt, dass die beiden Partner intensiver leben und ein besseres Leben führen können.“

Ich folge weiter dem von Ulrich Lessin geführten Fachgespräch mit Hans Jellouschek: Viele Paare sehen in ihm, wie er sagt „eine Art Ideal-Vater“ Hans Jellouschek betont: „Das hat zwei Seiten für mich: Das eine ist, dass da natürlich sehr überhöhte Erwartungen an mich herangetragen werden. Die zweite Seite ist aber, dass das auch eine Ressource ist, in dem Sinn, dass mir das Paar große Wichtigkeit zuschreibt. Dadurch wird mein Einfluss größer, dass ich das Paar auch in eine positive Richtung beeinflusse“. Diese Sachautorität und liebevolle Zuwendung hast du auch als Lehrer zu uns Auszubildenden gezeigt. Wir fühlten uns wertgeschätzt und geborgen bei dir. Die Liebe bildet die Achse deiner Existenz.

Als Vertreter der humanistischen Psychologie ist Hans Jellouschek positiv entwicklungsorientiert: „Worauf ich in der Paartherapie eher schaue, das ist die Frage, welche Dynamik sich zwischen dem Paar entwickelt, was die beiden miteinander inszenieren. Ich schaue also eher auf solche Aspekte: Wie verteilt sich bei den beiden die Polarität von Autonomie und Bindung, die Polarität von Dominanz und Unterordnung, also die Dimension der Macht, und die Polarität von Geben und Nehmen, also die Dimension des affektiven Austausches. Wie das Paar mit diesen Polaritäten umgeht, hat natürlich sehr viel zu tun mit den inneren Mustern, die die Einzelnen aus den Herkunftsfamilien mitbringen.“

Hans Jellouschek hält es wohl mit der Familientherapeutin Virginia Satir in ihrem Werk *Mein Weg zu dir* (1976): „Du und ich, wir sind Wunderwerke, die zu unendlichem Wachstum in der Lage sind.“

Die Liebe und ihre Grenzen

Wie du zum Meister der Beziehungsanalyse und Beziehungstherapie geworden bist, zeigt sich abschließend und beispielhaft in deinem letzten mit Bettina Jellouschek-Otto gemeinsam verfassten Buch *Grenzen der Liebe. Nähe und Freiheit in Partnerschaft und Familie* (2013).

Besteht die Liebe nur aus dem Ja? Fast möchte es so scheinen. Denn nichts ängstigt uns, besonders am Anfang unserer Verliebtheit, so sehr, als das Nein. Gerade noch waren wir entrückt, in seliger Verschmelzung, haben Tag und Nacht miteinander geteilt, haben, wie der Froschkönig es von seiner Prinzessin will, vom gleichen Tellerlein gegessen, vom gleichen Becherlein getrunken, im gleichen Bettlein geschlafen. Wir haben nie gekannte Übereinstimmungen entdeckt, wir haben förmlich unsere Identität ausgelöscht – und da steht unversehens ein Nein drohend und schwarz wie eine Gewitterwand.

Eben hier setzt ihr in eurem profunden Buch ein. Jeder von uns, beobachtet ihr, hat, gleichsam wie ein Staat, ein „Hoheitsgebiet“ seiner Persönlichkeit: Bis hierher und nicht weiter! Das ist in erster Linie unser Körper, aber auch unsere Mentalität, die Eigenart unserer Gefühle, unser familiär imprägniertes So-sein. Im Alltag verteidigen wir diese Grenzen im Prinzip nicht anders als die Regierung der Staaten. In der Liebe machen wir diese Grenzen, um es physikalisch zu formulieren, permeabel, durchlässig. Die Autoren: „Gehen wir eine Liebesbeziehung ein, verändern wir die Grenzen um diese ‚Hoheitsgebiete‘. Wir geben sie für den geliebten Partner zwar nicht einfach auf, aber wir *öffnen* sie. Wir erlauben z. B. dem Liebespartner, dass er auf uns zugeht und uns in den Arm nimmt, ohne uns zu fragen ... Außerdem erweitern wir unser ‚Hoheitsgebiet‘ hin auf einen *gemeinsamen Bereich als Paar*, den wir dann durch eine klare Grenze nach außen schützen.“

Es bestehen also zwei Grenzen: Die nach Außen und die nach Innen. Die zweite Festlegung des eigenen „Hoheitsgebietes“ gegenüber dem Partner verläuft in keiner Beziehung ohne Komplikationen. Es ist ein Balanceakt. Ziehen wir keine Grenzen, verschmelzen wir symbiotisch und geben unsere Eigenart auf. Ziehen wir schroffe Grenzen, fallen wir aus der Liebe. Gerade bei grundsätzlichen, weil notwendigen Auseinandersetzungen, geraten wir leicht in Panik. Wir vermeiden sie und kehren das Trennende unter den Teppich. Wir suchen das Schaumbad der entgrenzenden Harmonie auf. Wir assoziieren das Nein mit Abschied, Trennung, kurz Ablehnung.

Was gehört also zu einer stabilisierenden Abgrenzung, zur Ich-AG innerhalb der Wir-AG? Ihr gebt die Antwort: „Es braucht als Erstes *Bewusstheit über die eigenen Bedürfnisse*. Z. B.: Wieviel Verbindlichkeit der Beziehung wünsche ich mir, um für die sexuelle Begegnung bereit zu sein? Oder: Wieviel Raum und Zeit brauchen wir als Paar, um unsere Liebesbeziehung pflegen zu können? Bewusstsein allein genügt aber nicht, denn ... wir müssen uns auch zugestehen, *diese individuellen Bedürfnisse haben zu dürfen*, ‚eigen‘ zu sein, uns zu unterscheiden und mit dieser Eigenheit liebenswert zu sein. So wie wir anderen die individuellen Bedürfnisse ebenfalls zugestehen und sie damit auch schätzen und lieben.“
Simpel gesagt: Du gehst zum Chor, ich zum Sport. Du siehst eine Schmonzette von Rosamunde Pilcher, ich eine Kung-Fu-Action auf DVD.

Zur Abgrenzung des gemeinsamen „Hoheitsgebietes“ gehört natürlich auch die Abgrenzung beider von den jeweiligen Eltern. Diese haben nicht in die Beziehung hineinzuregieren. Eine ungelöste Vater- oder Mutterwunde kann das partnerschaftliche „Hoheitsgebiet“ wie eine Giftmülldeponie kontaminieren. Die Autoren: „Der Erwachsene, der immer noch mit seinen Eltern hadert, auf sie schimpft und wütend ist, ist nämlich noch im selben Maße an sie gebunden, wie einer, der noch wegen jeder Kleinigkeit die Eltern fragen ‚muss‘ und ‚nichts über sie kommen lassen darf.‘“

In diesem Sinn hast du, Hans, dich nicht nur mit deiner Mutter, sondern auch mit deinem wenig präsenten Vater ausgesöhnt. Ich zitiere nach Ursula Nuber: „Er hat mit der Zeit auch ein anderes Bild vom Vater gewonnen. Mein Vater hat es geschafft, obwohl er Richter war, nicht Mitglied der NSDAP zu werden. Er war den Nazis immer sehr kritisch gegenüber. Dafür hat er einen Preis bezahlt: Er hat keine Karriere machen können. Er war kein Held, aber seine religiöse Überzeugung hat ihm Kraft gegeben, sich nicht auf den Nationalsozialismus einzulassen. Ich bewundere das heute, dass er das durchgehalten hat.“

Genau das schätze ich selbst an meinem geschiedenen Vater, der ein ausgewiesener Nazigeegner und als Arzt ein Humanist war: Er half seinen jüdischen Patienten und Kollegen.

Ausführlich thematisiert ihr den konflikträchtigen Übergang von der *Dyade*, der Zweierbeziehung, zur *Triade*, der Dreierbeziehung durch die Geburt eines Kindes: „Hier entsteht die Gefahr, dass hier vor allem jene Männer, die nicht wirklich mit dem Vater-Werden einverstanden waren, die Weichen dafür stellen, dass durch das Dazukommen des Kindes ein ‚schiefes‘ quasi ungleichseitiges Dreieck entsteht, indem der Abstand zwischen Mutter und Kind viel kürzer ist als die Abstände der beiden zu ihm, dem Vater.“

Die Autoren empfehlen dem jungen Vater, der solcher Art an die Peripherie des Familiensystems gerät, von Anfang an einen eigenständigen körperlichen Kontakt zum Baby: „Indem er es auf den Arm nimmt, herumträgt, seinen Geruch wahrnimmt, seine Körperwärme spürt usw. Auf diese Weise holt er gewissermaßen nach, was zwischen der Mutter und dem Baby körperlich von vornherein schon gegeben ist.“ Daher darf die Mutter weder mit dem

Säugling noch mit dem älter werdenden Kind eine Intimkoalition *gegen* den Vater eingehen. Das Kind braucht gleichermaßen Vater- wie Mutterpräsenz, die Triangulierung.

Umgekehrt muss sich aber auch, so schreibt ihr, das Paar von den Kindern abgrenzen, indem es Raum und Zeitinseln für sich schafft und gegen sie abgrenzt. Vor allem sollten auch die Partnerschaft und Erotik auf die Dauer nicht unter einer überfixierten Elternschaft leiden. Geradezu sexuell tödlich ist es, wenn Paare beginnen, sich mit „Vati“ und „Mutti“ anzusprechen. Ich kann doch meiner Frau nicht sagen, „Mutti, heute Nacht mache ich dir den Hengst“. (Das Letztere ist nicht von den seriösen Jellouscheks, sondern von mir).

Es gibt, so werden wir durch die Lektüre dieses erneut hilfreichen Handbuches sensibilisiert, ein *Elternsystem* und ein *Kinder-Subsystem*. Sie ist markiert durch die *Generationengrenze*.

Dem immer wieder neuen Entfachen der erotischen Glut unter der Asche des Alltags widmen die Autoren ihre kundige Aufmerksamkeit. Denn auch Gott Eros wird zum Rentner. Langzeitbeziehungen und Leidenschaft sind, wie wir wissen, ein Problem. Das erinnert mich an den alten Witz aus der Sexualwissenschaft von den drei Bullen. Der 20-jährige, der 40-jährige und 60-jährige Bulle stehen am Rande des Waldes, vor sich eine große Kuhherde. Der junge Bulle: „Wow, auf jeden von uns kommen vier Kühe.“ Meint der 40-jährige Bulle: „Mir würde eine genügen.“ Sagt der 60-jährige Bulle: „Wenn wir uns ducken, sehen sie uns nicht.“

Nicht anders verhält es sich mit der Impotenz eines Mannes nach seiner Prostataoperation. Nicht selten sitzt so ein Mann geknickt über seine erektile Dysfunktion in meiner Praxis. Auf meine Frage, „wie geht ihr beide jetzt mit der Erotik um“, meint er hilflos: „Da läuft überhaupt nichts mehr.“ Ich frage weiter: „Wie stellst du dir das mit deiner Frau vor, soll sie Nonne werden“, zuckt er erneut hilflos die Schultern. Um die Situation aufzuheitern und ihr den Stachel zu nehmen, erzähle ich ihm einen anderen Witz aus der Sexualwissenschaft. Sagt eine Frau zu ihrer Freundin: „Mein Mann ist zweihundertprozentig impotent.“ Die Freundin: „Das gibt es doch gar nicht.“ Die Frau: „Doch, doch. Hundertprozentig impotent ist er schon seit Jahren. Aber jetzt ist er die Kellertreppe heruntergefallen und hat sich beide Hände gebrochen und auf die Zunge gebissen.“

In *Grenzen der Liebe*, wie in allen früheren Büchern, erhalten wir kenntnisreiche Auskünfte über die Kunst der Paardifferenzierung, die Reife der Altersliebe und die Gnade und Methoden des Verzeihens. Verzeihung überwindet Grenzen – bei Völkern und Partnern. Ja, der berühmte Filmemacher Jean Luc Godard, kommentiert die von Jellouscheks beschworenen Grenzen ebenfalls positiv. Er meint: „Man sagt, die Liebe kenne keine Grenzen. Aber die Grenzen sind gerade das Interessante.“

Du, lieber Hans, bist ein Kenner der Liebe in all ihren Facetten, auch der Außenbeziehung, der so oft vernichtende Verurteilung widerfährt. Einen Passus aus deinem barmherzigen und dialektischen Buch „Warum hast du mir das angetan. Untreue als Chance“ habe ich kopiert und vielen betroffenen Paaren in ihrer Notsituation mitgegeben. Es hat ihnen fast immer geholfen. Du schreibst da:

„Ich erlebe sehr oft, dass in einer Außenbeziehung plötzlich eine tiefere Möglichkeit des Menschseins, eine tiefere Möglichkeit von Liebe und Hingabe erlebt wird, wie sie vielleicht doch nie oder schon lange nicht mehr erlebt worden ist. Die Menschen werden plötzlich aus ihrem Alltag herausgerissen und entdecken Fähigkeiten, an die sie nicht geglaubt haben ... Vielleicht liegt der Sinn in diesem Momenthaften, sich auf den Weg dorthin zu begeben. Es leuchtet also ein Stück Hoffnung auf, dass doch mehr möglich sein könnte, als man bislang in seinem Leben für möglich gehalten hätte.

Es ist beruhigend, lieber Hans, zu wissen, dass in dem von dir mit Friederike von Tiedemann und Marianne Walzer gegründeten Hans-Jellouschek-Institut weiter an den Mühen und Freuden der Liebe gearbeitet wird. Du bist im Januar dieses Jahres 2014 aus der Leitung des Instituts ausgeschieden und hast sie an deine hochmotivierten und bekannten Psychotherapeutinnen und Lehrtherapeutinnen Marianne und Frederike übergeben. Sicher war er für dich nicht leicht, dieser Abschied. Du selbst arbeitest noch weiter als Lehrtherapeut und Ausbilder, und das ist wichtig. Denn die Liebe und ihre Hemmnisse werden nie vergehen. „Wem nie von Liebe Leid geschah“, sagt das mittelalterliche Poem, „dem geschieht auch Liebe von Liebe nicht. Liebe und Leid sind in der Minne ungeschieden.“

Die Liebe durchbricht alle Grenzen, auch die, wie du aus eigener Erfahrung weißt, des Klosters. Peter Hacks, der Brechtschüler, beschreibt dies in seinem Gedicht *Klösterliche Idylle* anmutig. Wir wollen es dem neuen Papst Franziskus auf seinem Weg mitgeben und hoffen, dass er das enge Korsett des Zölibats etwas lockert. Dich soll es am Ende meiner ach so „peinlichen“ Laudatio erheitern. Denn die Liebe ist eine Himmels- und Weltmacht, der nichts, aber auch gar nichts widersteht.

*Es sprach ein Mönch zu seiner Nonne
komm her du meine Herzenssonne
noch bin ich jung und du bist schön
lass uns geschwind zu Bette gehen.
noch ist mein Körper schlank und sehnig
sind wir erst alt, dann sind wir wenig
und sind wir tot, dann sind wir nichts.*

*Es ging indem der Mönch so sprach
der Abt just durch das Schlafgemach
er hörte das erhitzte Paar
er sah in welchem Zustand es war
ach Kinder, rief er, in die Kissen
verschafft euch eine frohe Nacht
ich selbst will eben zur Äbtissin
wir sehn uns dann zur Fröhandacht.*

(Dr. Mathias Jung arbeitet als Gestalttherapeut und Philosoph am Gesundheitszentrum in Lahnstein bei Koblenz)