

HERMANN MEYER

Jeder bekommt den Partner,
den er verdient



Buch

Den Traumpartner – wer hätte ihn nicht gerne? Doch auf ihn zu warten wie auf einen Lottogewinn hat wenig Sinn. Denn das Leben ist kein Glücksspiel, sondern folgt ganz bestimmten Gesetzmäßigkeiten. So ist es auch kein Zufall, wenn wir immer wieder an die »Falschen« geraten, denn sie sind die Richtigen, ob wir wollen oder nicht. Unbewusst haben wir genau sie angezogen. Das zu durchschauen und zu verstehen ist der erste Schritt, wenn wir etwas verändern wollen.

Der bekannte Autor und Psychologe Hermann Meyer hält seinen Lesern so treffend den Spiegel vor, dass jeder sich selbst, seinen Partner und seine Mitmenschen wiedererkennt. Die eigenen problematischen Anziehungsmechanismen, Denk- und Verhaltensfehler, die zum »Frust in der Liebe« führen, werden offensichtlich. Und damit wird der Weg frei zu einem bewussteren, kreativeren Umgang mit sich selbst und dem Partner. Wer sich auf diesen Weg einlässt, zieht den Partner an, den er sich wünscht, und es ist der, den er verdient.

Hermann Meyer

Jeder bekommt
den Partner,
den er verdient

– ob er will oder nicht

GOLDMANN

Die Originalausgabe dieses Buches erschien 1997 im Trigon Verlag, München.
Diese Taschenbuchausgabe wurde vom Autor neu überarbeitet.

Dieses Buch will Sie informieren. Die Angaben sind nach bestem Wissen zusammengestellt; dennoch sind Fehler nicht vollständig auszuschließen. Verlag und Autor übernehmen infolgedessen keinerlei Verpflichtung oder Haftung für etwaige inhaltliche Unrichtigkeiten. Bei den verwendeten Fallstudien wurden die Namen, Berufe, Orte und andere biografische Details geändert. Irgendwelche Übereinstimmungen mit lebenden Personen wären demnach rein zufällig.

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44 b UrhG ausdrücklich vor.
Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

12. Auflage

Überarbeitete Taschenbuchausgabe Mai 2009

© 1997, 2009 Arkana, München

in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,

Neumarkter Str. 28, 81673 München

produktsicherheit@penguinrandomhouse.de

Umschlaggestaltung: Uno Werbeagentur, München

Umschlagmotiv und Illustrationen im Innenteil:

Elke Pittermann, Wiesbaden

WL · Herstellung: CZ

Satz: Barbara Rabus

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-442-21873-8

www.goldmann-verlag.de

Inhalt

Vorwort	9
---------------	---

TEIL I

Denkvoraussetzungen

Das Anlagen-Modell – Unfähigkeiten erkennen, um fähig werden zu können	12
---	----

Die Kollektivneurose und ihre Auswirkungen auf die Partnerschaft	20
---	----

Sieben Gründe, warum es in der Kollektivneurose keine gute Partnerschaft oder Ehe geben kann	31
---	----

Die Ungeeignetsten gieren am meisten nach einer Beziehung	53
--	----

TEIL II

Status quo

Bewusste und unbewusste Partnerwahl	58
---	----

Kriterien der Partnerwahl	68
---------------------------------	----

Der Phantompartner	73
--------------------------	----

Wie Gefühle die Partneranziehung beeinflussen	86
---	----

Partneranziehung nach dem Gesetz der Wiederkehr des Verdrängten	97
Partnerschaftsanalyse	105
<i>Schon vergeben:</i> Verheirateter oder bereits gebundener Partner	112
<i>So weit weg:</i> Partner, der weit entfernt wohnt	120
<i>Komplott:</i> Partner, der aus einer früheren Beziehung ein Kind hat	123
<i>Überdreht:</i> Hysteriker als Partner	127
<i>Benebelt:</i> Raucher als Partner	131
<i>Handicap:</i> Partner mit einem Manko	136
<i>Pulverfass:</i> Choleriker als Partner	140
<i>Niete:</i> Versager als Partner	144
<i>Flasche:</i> Trinker als Partner	148
<i>Zurückgeblieben:</i> Partner, der sich auf einer anderen Bewusstseinsebene befindet	151
<i>Rücksichtslos:</i> Der Partner als Zeiträuber	157
Ins Schicksal des anderen hineingezogen werden	166
Soll man jedes Schicksal, das mit dem Partner verbunden ist, annehmen?	173
Vorteile des Zusammenlebens und des Single-Daseins	175

TEIL III

Lösungsmöglichkeiten

Das eigene Gewissen umpolen	188
Die eigenen Gefühle umpolen	206
Wie man seine Partneranziehung verbessert	211
Für den Partner einen Platz schaffen	219
Sich eine Zweitbeziehung zulegen	224
Sein eigener Partner werden	236
Wahre Liebe finden durch das Ausbilden von Anlagen ...	241
Fähig werden für eine wirklich gute Beziehung	244
Bibliographie	249

VERZEICHNIS DER GRAFIKEN UND TABELLEN

Fähigkeiten für eine erfolgreiche Partnerschaft	19
Das Labyrinth der Kompensation	26
Die sieben Phasen der Identifikation	51
Defizite und Erwartungshaltungen	77
Folgeerscheinungen des Phantompartners	81
Irreale und reale Gefühle	87

Irreale Gefühle und Partneranziehung	94
Wiederkehr des Verdrängten	102
Checkliste für den Zeitschutz	163
Vorteile des getrennt Wohnens	178
Vorteile des Zusammenlebens	183
Das Netz der Weltprobleme	190
Moral und Konvention	194
Gesetzeskodex des Lebens	197
Lebenszeit-Sparplan	223
Team für die Frau	226
Team für den Mann	227

Vorwort

Dieses Buch gibt längst fällige Antworten auf die uralte Streitfrage, wer verantwortlich dafür ist, wenn eine Partnerschaft nicht funktioniert. Wir sind es nämlich selbst, die den Grad der Harmonie oder Dissonanz innerhalb einer Beziehung bestimmen.

Entsprechend unserer (Un-)Fähigkeiten, den Aufgaben des Lebens zu begegnen, suchen wir uns nicht von ungefähr einen Partner, der sich als verheiratet, hysterisch oder »zurückgeblieben«, als Choleriker, Versager oder Trinker entpuppt.

So gilt es, sich der unbewussten Anziehungskräfte gewahr zu werden, um Fähigkeiten zu entwickeln, die eine bewusste Partnerwahl ermöglichen und das gemeinsame Glück auf eine realistische Basis stellen.

Am schwierigsten ist dabei sicherlich der Umgang mit den eigenen Gefühlen – sind sie es doch, weshalb wir uns wieder und wieder für eine Liebesbeziehung öffnen. Nicht zuletzt liegen Hass und Liebe, Vertrauen und Eifersucht, Zärtlichkeit und Schmerz deswegen so dicht beieinander, weil uns der Abstand fehlt – vor lauter Nähe.

Doch wollen wir nur einen kleinen Schritt weiterkommen, müssen wir unseren Verstand einsetzen, müssen wir Verständnis schaffen, auch wenn uns Projektionen, Identifikationen und andere unbewusste Abwehrmechanismen tagtäglich daran hindern. Umgeben von gesellschaftlichen Normen und Re-

geln, entfernen wir uns ansonsten immer mehr von einem verantwortungsvollen Umgang mit unserer Freiheit, die nur darauf wartet, erkannt und genutzt zu werden – sowohl zu unserem wie auch zum Wohle unseres Partners.

Somit kann dieses Buch weit mehr sein als nur eine interessante Lektüre: Es kann ein Beitrag zugunsten einer neuen Kultur des Miteinanders sein, sich selbstbewusst zu begegnen – in gegenseitigem Respekt.

Mit seiner klaren und logischen Denkweise ist Hermann Meyer der Pionier einer ganzheitlichen Psychologie, die dem Menschen seine Eigenverantwortung zurückgibt. Ob in seinem Klassiker »Die Gesetze des Schicksals« oder der »Lebensschule« – einem Schatzkästchen voller wertvoller Lebenshilfen –, er versteht es, einem die Augen zu öffnen für lebensnahe Einsichten in die Wirkungsweise menschlichen Handelns.

Auch in dem vorliegenden Band geizt er nicht mit verblüffenden Erkenntnissen, brillanten Schlussfolgerungen und mutmachenden Perspektiven, auch wenn er weiß, dass er mit einigen seiner Ausführungen so manchen wunden Punkt berührt.

Ein Buch also, das zu Diskussionen anregt – und auch anregen soll. Schließlich bekommt jeder den Autor, den er verdient.

Thomas Witzel
Redakteur und Autor

TEIL I
Denkvoraussetzungen

Das Anlagen-Modell – Unfähigkeiten erkennen, um fähig werden zu können

Ein Sprichwort sagt: Jedes Volk hat die Politiker, die es verdient. Man kann den Faden jedoch auch noch weiterspinnen und sagen: Jeder hat den Arbeitsplatz, den er verdient. Jeder hat die Wohnung, die er verdient. Und last not least: Jeder bekommt den Partner, den er verdient.

Sind solche Behauptungen nicht makaber und zynisch, ein Hohn gegenüber allen Arbeitslosen, gegenüber den Menschen, die über beengte Wohnverhältnisse klagen oder gegenüber all denjenigen, die unter einem hinterlistigen oder gar rabiatischen Partner leiden?

Mitnichten! Dieses Buch will nicht anklagen oder gar im Sinne eines reaktionären Gedankengutes dem Mitmenschen eine Schuld zuweisen, zumindest nicht eine »Schuld« im Sinne einer Erbsünde oder einer »Schuld« im Sinne von Moral und Konvention.

Man könnte so sagen: Es gibt *Ursachen* für Missgeschick, Misserfolg und Unglück. Aber damit verbunden ist in den meisten Fällen keine Schuld im rechtlichen Sinne, sondern die Tatsache, dass der Betreffende *dem Leben etwas schuldig geblieben ist*, d. h., es gelang ihm nicht, die wertvollen Anlagen und Fähigkeiten seiner wahren Natur zu entwickeln und einzusetzen. Und gerade dies wäre notwendig, um im Leben ein angenehmes Schicksal zu erwirken.

Genauso wie Geld nicht unter dem Kopfkissen aufbewahrt werden sollte, sondern investiert werden muss, damit es Ge-

winn bringen kann, so müssen die Anlagen und Fähigkeiten der menschlichen Natur eingesetzt werden, damit wir – auf welchen Lebensgebieten auch immer – Erfolg ernten.

Diese einfache Tatsache steht jedoch im Widerspruch zu der Erziehung, die ein Großteil von uns genossen hat.

Meist sind wir dazu erzogen worden, brav und anständig zu sein, uns zurückzunehmen, uns anzupassen und unterzuordnen und gerade nicht Anlagen wie Durchsetzungsfähigkeit, selbstständiges Handeln oder ein eigenes Vorstellungsvermögen auszubilden.

Hinzu kommt, dass unsere Eltern und Großeltern häufig nicht als Vorbilder für eine wirklichkeitsadäquate Kommunikation, für eine glückliche Selbstverwirklichung oder für Unabhängigkeit und Freiheit fungieren konnten.

Es gibt kein negatives Schicksal, das einem zugeteilt wird, es gibt nur Unfähigkeiten und Verdrängungen

Viele von uns haben zu Hause statt realem Durchsetzungsvermögen Aggression und Wut erlebt, statt Sinnfindung religiöse Dogmen, statt Übernahme von Verantwortung Flucht und Sucht ...

Noch katastrophaler sieht der Einfluss des herkömmlichen Schulsystems aus: Es wird am Leben vorbeigelernt.

Man lernt nicht das, worauf es im Leben ankommt, was man wirklich zum Leben braucht. Man lernt nichts über Gesundheitslehre, obwohl man permanent mit diesem Körper leben muss; nichts über Ernährung, obwohl sie täglich auf Körper, Seele und Geist einwirkt; nichts über Psychologie, obwohl man sich doch zeit seines Lebens mit der eigenen Psyche und der

der Mitmenschen auseinandersetzen muss; nichts über Soziologie, obwohl man in diese Gesellschaft integriert ist; nichts über gesundes Bauen und Wohnen, obwohl wir uns über die Hälfte der Lebenszeit in unserer Wohnung aufhalten; nichts über Pädagogik, obwohl unsere Kinder die Zukunft der Menschheit bedeuten; nichts über Schicksalskunde, obwohl jeder davon betroffen ist; nichts über Erfolg, obwohl fast jeder ihn erreichen will; nichts über die Gesetze der Kommunikation, obwohl sie in jeder Begegnung von entscheidender Bedeutung sind; und letztendlich auch nichts über Partner- und Beziehungsfähigkeit, obwohl diese Fähigkeit für Glück und Unglück eines Menschen eine so gravierende Rolle spielt.

Aus all diesen Gründen wird klar, dass niemanden eine Schuld trifft, wenn er im Elternhaus und in der Schule nichts oder nur wenig von den menschlichen Anlagen und Fähigkeiten erfahren und ausbilden konnte.

Und dennoch zieht der Einzelne aufgrund der daraus resultierenden Anlagendefizite unbewusst negatives Schicksal an. Hat er etwa seine Kommunikationsfähigkeit nur ungenügend ausgebildet, kann sich dies im Berufsleben und in der Partnerschaft ungünstig auswirken. Jede nicht ausgebildete Anlage zieht einen Rattenschwanz an Spannungen, Konflikten und Schwierigkeiten nach sich, beeinträchtigt die eigene Lebensqualität und die der Mitmenschen.

Doch die Crux liegt darin, dass kaum jemand weiß, was ihm fehlt, welche seiner mannigfachen menschlichen Anlagen er noch nicht zur Verfügung hat. Deshalb ist es auch nur wenigen bewusst, warum sie eine »Strafe« erwirkt oder warum sie negative Bedingungen oder Ereignisse angezogen haben. Leider gilt

auch im *Rechtssystem des Lebens* derselbe Grundsatz wie im Strafrecht: »Unwissenheit schützt vor Strafe nicht.« Während man die Regeln und Gesetze der Kollektivneurose in juristischen Fachbüchern nachlesen kann, blieben die Prinzipien, Spielregeln und Gesetze der wahren Natur und des Schicksals den meisten Menschen bisher verborgen.

Wer die Gesetze des Schicksals* nicht kennt, verhält sich wie einer, der Fußball spielen möchte und noch nie von den Regeln dieses Spiels und den verschiedenen Trainingsmethoden gehört hat. Er spielt hinter dem Tor weiter, die Außenlinie existiert für ihn nicht, er hilft mit der Hand nach, und die Abseitsregel bleibt ihm völlig fremd. So wird er immer wieder vom Schiedsrichter zurückgepfiffen und weiß nicht warum. Nach einiger Zeit stellt er Vermutungen an, warum der Mann mit der Pfeife immer wieder einschreitet, warum ihm seine Tore aberkannt werden, warum er vom Platz gestellt wird. Einmal glaubt er, er werde bestraft, weil er zu schnell lief, ein anderes Mal, weil er nicht den richtigen Winkel einhielt, und manchmal ist er der Überzeugung, der Schiedsrichter hätte etwas gegen ihn und er sei einfach dessen Willkür ausgeliefert.

Wenn ihm niemand die Spielregeln erklärt, kann es Jahre dauern, bis dieser Fußballspieler sie über den Weg von Versuch und Irrtum endlich erfasst. Und selbst wenn er jetzt die Spielregeln beherrscht, fehlt ihm das Training. Er muss Schnelligkeit, Ausdauer, Technik, das Kopfballspiel, Eckbälle, Freistöße und Elfmeterschießen trainieren, sonst hat er bei dem Spiel keine Chance.

* Vergleiche auch: Hermann Meyer: *Gesetze des Schicksals*, Goldmann TB.

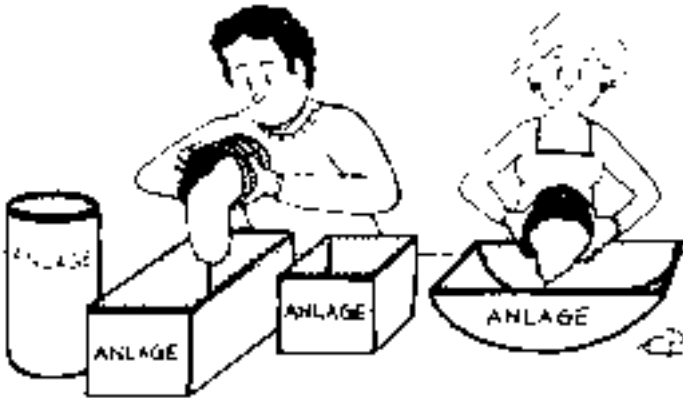
Die meisten Schicksalsspieler sind in derselben Lage wie unser Möchtegern-Fußballstar. Sie verstehen die Spielregeln des Lebens nicht, wissen nicht um ihre wertvollen Anlagen und glauben folglich auch nicht daran, diese trainieren zu müssen.

Da wir fast alle an mangelndem Eigenwert leiden, wollen wir uns nicht auch noch einreden lassen, wir wüssten in Sachen Schicksal nicht Bescheid (wo wir doch schon so viele »Erfahrungen« gemacht haben), oder gar, dass wir in unserem Persönlichkeitssystem irgendwo Mängel oder Defizite hätten.

Deshalb entwickeln die meisten von uns kompensatorisch ein positives Selbstbild, an dem sie unbeirrt festhalten. Manche werden auch noch Anhänger der Ideologie des »Positiven Denkens«, um nur ja nicht mit den eigenen Unfähigkeiten und Fehlern konfrontiert zu werden. Doch das Unbewusste lässt sich nicht täuschen: Es kann sehr wohl unterscheiden, ob das positive Selbstbild nur einem Kartenhaus gleicht, das über einer seelischen Wunde gebaut wurde, oder ob es aufgrund der Ausbildung von Anlagen und Fähigkeiten wirklich gewachsen ist.

Um ein guter Schicksalsspieler zu werden, muss man von seiner Vogel-Strauß-Politik Abstand nehmen und zuerst einmal seine Unfähigkeiten bzw. seine nicht entwickelten Anlagen erkennen. Und wer eine erfüllende Partnerschaft erleben will, muss zuerst Einsicht in seine Mängel nehmen, ein spezielles Trainingsprogramm entwerfen und es schließlich durchführen.

Er wäre also gut beraten, seine Anlagen und Fähigkeiten nachreifen zu lassen, um sie schließlich in der Partnerschaft erfolgreich investieren zu können (siehe Übersicht Seite 19). Tut



er das nicht, geht es ihm wie Millionen anderer Menschen, die trotz ihrer vielen Defizite voller Sehnsucht auf den einen und wahren Partner warten, mit dem die ideale, harmonische und glückliche Beziehung möglich ist; sie hoffen immer wieder aufs Neue und warten vergebens bis ans Ende ihrer Tage.

Was immer wieder dabei auffällt, sind die edlen Reden, die geführt werden: Man spricht von Liebe, Vertrauen, Ehrlichkeit und Treue, ohne zu bedenken, dass alle diese wertvollen Eigenschaften nicht eingefordert, sondern *erwirkt* werden müssen.

Es besteht häufig ein eklatanter Unterschied zwischen dem, was jemand sagt, und dem, was jemand zu leben imstande ist. Bewusst glaubt fast jeder, zu einer erfüllenden Beziehung fähig zu sein, doch das Unbewusste weiß besser, was wirklich an Substanz vorhanden ist und was nicht. Deshalb haben oft auch Umfragen und Statistiken wenig Wert, da hier nur das Bewusste der Menschen erfasst wird, nicht aber die wahren Motive und Programme, die im Unbewussten verankert sind.

Die Übersicht auf Seite 19 zeigt auf, welche Fülle von Anlagen und Fähigkeiten ausgebildet und eingebracht werden müssen, um partner- und beziehungsfähig zu werden.

Viele unserer Kursteilnehmer sagen uns immer wieder: Wenn wir dies alles schon im Alter von 19 oder 20 Jahren gewusst hätten, hätten wir uns gigantische Umwege, viel Leid, Schmerz oder auch Einsamkeit ersparen können. Doch es gilt, nicht zu verzagen und in einem »Hätte ich doch« oder »Wenn das nicht gewesen wäre« zu verharren, sondern die Dinge hier und heute anzugehen und sich zukünftig mehr Lebensfreude zu beschern.

Einige Seminar Teilnehmer reagieren auf diese Übersicht zunächst mit Resignation. Sie fragen sich: »Wo soll ich bei dieser Komplexität und bei diesen vielen Wechselwirkungen und Vernetzungen anfangen?« Sie sagen: »Da mache ich lieber gar nichts und bleibe bei der vagen Hoffnung, dass ein Wunder geschieht und eine tolle Partnerschaft trotz aller Mängel und Schwierigkeiten möglich wird.«

Doch es ist gar nicht so schwierig, wie es zunächst scheinen mag, seine Partner- und Beziehungsfähigkeiten auszubilden. Es ist im Gegenteil sogar beruhigend, jetzt endlich zu erkennen, was man alles tun muss, um hier Fortschritte zu erzielen. Einige Kursteilnehmer haben die Übersicht auf Seite 19 neben ihre Heiratsurkunde in das Stammbuch der Familie geheftet oder sie als Poster im Wohnzimmer verwendet, um immer einen Anhaltspunkt zu haben, was noch ausgebildet werden muss.

Fazit: Aufgrund des Anlagen-Modells der ursprünglichen (ersten) menschlichen Natur ergeben sich völlig andere Sichtweisen und Schlussfolgerungen für die Partnerwahl, für das Zusammenleben als Paar, für Entwicklung und Aufbau einer

