

Spiritualität und Sinnlichkeit

(Ulla Holm-Cölln, Michael Cölln)

**Im Rahmen der Ringvorlesung 2019
14. bis 17.11.2019 in Hofheim (Unterfranken)**

Ü: Erzähle mir von Deinem Wesen – ich gebe Dir Feedback

Es ist uns ein großes Anliegen, Spiritualität und Sinnsuche als übersinnliche Dimension des Liebeslebens in den Vordergrund zu stellen. Denn wenn den Liebenden diese geheimnisvolle, manchmal belächelte und oft auch bekämpfte Dimension nicht zur Verfügung steht, entsteht stattdessen sinn-loser Streit und sinn-erfüllte Lusterfüllung kommt gar nicht zustande.

Werden zwei Menschen von Liebe ergriffen, ist es ein Geschenk, eine Gnade, vollzieht sich ein Mysterium:

Das Paar nimmt Teil am Schöpfungsprozess, am göttlichen Prinzip, denn es kann geistig und biologisch fruchtbar werden und Leben schaffen. Im Tanz aller Sinne berauschen sich die Liebenden aneinander, verlieren sich ineinander und gewinnen sich wieder durcheinander – in der Ekstase kann ein Paar seine Ich - Grenzen überschreiten, transzendieren und Teil eines größeren Ganzen werden. Zumindest birgt die Liebe diese spirituelle Erfahrungsmöglichkeit in sich. Ob es dazu kommen wird, hängt davon ab, wie ein Liebespaar die Entwicklungsherausforderung durch die Liebe annimmt.

Es geht uns nicht um eine oberflächliche Begrifflichkeit von Spiritualität, schon gar nicht um esoterische Naivität und auch nicht um ein verklärtes ‚Im Himmel schweben‘. Wir müssen gegen diese Inflation des Metaphysischen aufbegehren.

In der Paarsynthese verstehen wir **Spiritualität als die eine von drei menschlichen Seins- Formen**, die zusammen die Psychologie der Menschen und in besonderer Weise die Psychologie des Paares ausmachen.

Der Missbrauch authentischen spirituellen Gedankengutes und esoterischer Überlieferung hat zur kommerziellen Ausbeutung des Spirituellen geführt und viele Menschen vom Weg einer echten und positiven Transformation des Bewusstseins abgelenkt oder sie auf den untersten Stufen geistiger Entfaltung festgehalten – bei nutzloser Jahrmarktsmetaphysik.

Das aufrichtige und wahrhaftige Streben eines liebenden Paares nach Einsicht in innere Wahrheit ist kostbar. Auf einem authentischen spirituellen Weg geht es um mehr als um gute Schwingungen im kommerziellen Getriebe der modernen esoterischen Schnellimbiss-Mentalität. Spiritualität ist nicht Astrali Banali, sondern ein ernsthafter, nicht immer leichter und angenehmer Weg in die Wahrheit des Selbst von Ich und Du.

Wir werden in unserem Vortrag auf die besondere Verbindung von Sinnlichkeit, Sexualität und Spiritualität eingehen. Sie ist für uns Menschen von zentraler Bedeutung, weil sie uns ganz werden lässt – und damit auch heilsam wirkt. Diese Kraft gilt es zu schützen, zu stärken und weiter zu entfalten. Unsere Gesellschaft braucht sie dringend.

Die Spaltung von Sexualität und Spiritualität hat Frauen und Männer in der Kultur des jüdisch-christlichen Abendlandes besonders getroffen und von sich selbst entfremdet. Die Sexualität ist in der christlichen Tradition insbesondere durch den Kirchenvater Augustinus (354 – 430) eher der Sünde zugeschrieben als der spirituellen, transzendenten Erfahrung. An dieser „Altlast“ tragen wir noch heute, bis hinein in die Missbrauchsgeschichten in den Internaten oder die blockierten Lustempfindungen in vielen Beziehungen – trotz der sexuellen Revolution der 68er Jahre.

Uns heute muss es im Grunde nicht verwundern, wenn 75 % aller befragten Paare eine Störung ihrer Sexualität beklagen (Prodöhl).

Sexualität, diese archaische Kraft, aus der wir alle kommen, wurde des Seelischen beraubt. Wenn heute durch Medien und Reklame vermittelt wird, Körper seien verfügbar und durch bloßes Erlernen sexueller Techniken sei eine Steigerung der sexuellen Befriedigung zu erzielen, geht diese **Gehirnwäsche** wesentlich am Menschen vorbei.

Es vereinigen sich nämlich nicht nur die Körper, sondern auch die Seelen und der Geist der Liebenden. Für Momente im anderen aufzugehen, in endlichen Momenten Unendlichkeit zu erfahren mit der Ganzheit von Körper, Geist und Seele ist ein zutiefst spirituelles Geschehen. Es lässt uns teilhaben an Ganzheit und Ewigkeit.

Liebe ist und bleibt ein Wunder. In der Resonanz von **Körper, Geist und Seele** gelingt den Partnern auf Dauer gemeinsame Erfüllung: in der Lust am Körper, in der kreativen Bereicherung der gedanklich, geistigen Durchdringung und durch die wundersame Vereinigung der Seelen.

Im „Liebenden Ineinander“ begehen und feiern die so Vereinten das Mysterium der Liebe.

Das verlangt, dass die Partner diese drei Dimensionen menschlichen Seins in etwa zu gleichen Teilen pflegen und bewusst als Liebeskultur im Alltag gestalten. Die meisten wissen nur nicht, wie. Wie sollen sie die Seele des Partners berühren, in ihre Tiefe eintauchen und im Tausch der Seelen die eigene wieder finden?

Der ungarische Psychoanalytiker Sandor Ferenczi: „Sie wollen sich lieben und wissen, nicht wie“

Entsprechend der Einheit von Körper, Geist und Seele arbeiten wir

1. mit der **lebensgeschichtlichen Menschwerdung** und der daraus abzuleitenden **Tiefenpsychologie**
2. mit dem **Dialog** als zentrale menschliche Auseinandersetzung im Hier und Jetzt
3. mit der **Spiritualität**, d.h. an der seelischen Tiefung und der damit verbundenen Sinn- und Werteorientierung im Miteinander Leben und Lieben.

Das therapeutische Arbeiten an der persönlichen **Entwicklungsgeschichte und am vertieften Dialog** mit dem Partner leuchtet den meisten unserer Ratsuchenden gerade noch ein, aber das **Arbeiten mit der Seele** stößt häufig auf Widerstand. Das kann nicht verwundern, denn sogar fast alle therapeutischen Verfahren und Methoden, sogar die wissenschaftliche Psychologie an den Universitäten hat den Begriff „Seele“ radikal gestrichen, weil diese nicht messbar und damit nicht prüfbar oder in Erfolgsmessungen nicht nachzuweisen ist.

Die seelische, die **spirituelle Dimension** weist uns Menschen als Wesen aus, die natürlich Teil der Natur sind, aber über diese hinaus denken, erfahren und gestalten können.

Schelling sagt: **Im Menschen schlägt die Natur die Augen auf. Wir suchen Sinn.**

Die Philosophie und alle Religionen seit der Antike zeugen von dieser **anthropologischen Sehnsucht des Menschen. Wir Menschen sind letztlich zum Sinn verurteilt.** (Merleau-Ponty)

Deutlich wird das schon am Fragealter kleiner Kinder mit ihren manchmal nervenden Fragen: Warum? Wir Menschen stellen Fragen nach Freiheit, Wahrheit, nach Gott; wir Menschen in unserem Streben nach Sinn und Wahrheit gestalten Welt; wir sind schöpferisch.

Das alles impliziert Gut und Böse, Aufbau und Zerstörung. In die besondere Arbeit mit Paaren haben wir deshalb die spirituelle Dimension unabdingbar als menschliche Seinsform mit aufgenommen. Wir leiten also Paare an, - und möchten auch Euch dazu auffordern – beispielsweise neben der Körperhygiene und der Fortbildung für den Geist aktiv in einen Seelendialog mit dem Partner einzutreten. Nicht nur, weil wir gemeinsam einen Sinn für unser Zusammenleben suchen, sondern auch, weil die seelische Vereinigung gleichzeitig wiederum einen Stimulus, einen Anreiz für die körperliche Vereinigung bedeutet. (Und wir bitten darum, dass gerade die Männer das mit dem Herzen begreifen lernen)!

In der Phase der Verliebtheit scheint uns wunderbarerweise in Ausschnitten die Vision der Liebe auf, wie wir sie uns im Laufe des Beziehungsgeschehens erwerben können.

Hier bekommt das Paar eine Ahnung dessen, was durch die Liebe möglich wird: Stärkung und Grenzerweiterung zu erfahren und zu schenken, das Optimum aus dem anderen herauszulieben (Kast) und selbst das Beste geben zu können, in Ekstase zu verschmelzen und einzutauchen in eine Ganzheitserfahrung.

Da dieses nicht nur einfach vom Himmel fällt, folgen nach der Verliebtheit die nächsten Entwicklungsschritte einer Paarbeziehung, die auch seelische Anstrengung mit sich bringen.

Udo und Barbara haben uns Donnerstag die 5 Paarzyklen noch einmal nahe gebracht.

Diese Zyklen gilt es zu durchwandern, immer wieder zu neuen Ufern zu kommen, um sich auszuruhen und zu genießen und um im Laufe des Lebens durch die Liebe zu werden ‚wie von Gott gemeint‘ (Dostojewski). Das klingt eher nach einer Verheißung als nach Realität, wo wir doch alle wissen, wie viele Paare scheitern.

Wie kann nachhaltige und überdauernde Liebe gelingen?

Und gerade hier hat die spirituelle Dimension einen wesentlichen **Stellenwert**.

Paare, die zu uns kommen, - verwundet, miteinander verknotet in Kränkung, Zorn oder Gleichgültigkeit, suchen Hilfe in ihrer Not, suchen einen Ausweg aus ihrem Unglück. Wenn Paare mit einer Paartherapie anfangen, weil etwas zu Ende gegangen ist – die Liebe, gegenseitiges Verstehen und Wohlwollen, der Austausch der Herzen oder die Erotik oder alles zusammen – stellen sie oft die Frage, „**ob die Beziehung noch Sinn**

macht“. Die Sinne der Liebenden sind nicht mehr offen füreinander. Das erschreckende Empfinden von Sinnlosigkeit blockiert den Austausch.

Ausgelöst durch solch eine Krise, stellen sich den Partnern wichtige Fragen, die sie im Alltag der Beziehung wahrscheinlich allzu lange nicht bedacht haben:

- **Was ist der Sinn dessen, dass wir uns gefunden und gewählt haben?**
- **Wozu hat das Leben mir diesen Mann bzw. diese Frau gegeben?**
- **Was haben wir zu lernen aneinander und voneinander, gerade auch durch die Konflikte?**

Auch in der Paartherapie öffnen sich Paare häufig erst nach anfänglichem Zögern diesen Fragen. Oft nur **aus ihrer Not heraus sind sie bereit, sich an diese oft schwer greifbare spirituelle Dimension heranzuführen zu lassen.**

Mit der Sehnsucht nach Liebe sind wir von Natur ausgestattet, das ist primäre Motivation, - aber die Fähigkeit zu lieben und Beziehung zu gestalten, das müssen wir uns erst erarbeiten. Liebe lernen, - das ist der **Weg von der Natur zur Kultur der Liebe.**

Viele sind durch Traumata, verstanden als gefrorene Vergangenheit, in ihrer Liebesfähigkeit blockiert, gar behindert. Die Idee vom **Liebelernen** ist ihnen weitgehend fremd. Lernen lässt sich nahezu alles, Lesen und Schreiben, Berufe, Musikinstrumente spielen, Sportarten. Aber Liebe und ihre Gestaltung zu lernen, scheint den meisten Partnern, - wie sich an den hohen Trennungstendenzen zeigt, viel schwerer möglich. **„Liebe leben lernen“**, macht aber für die in der Liebe Zerstrittenen nur Sinn, wenn über

die schmerzliche Konfliktbewältigung hinaus dahinter das lohnende Ziel einer sinnerfüllenden Zweisamkeit aufleuchtet.

Die in der Liebe gekränkten Paare, die durch ihre Krise bedingt in die Therapie kommen, begreifen im „**Lernprozess der Liebe**“, wie wir Paartherapie auch nennen können, das Wunder der Liebe nicht mehr nur als triebhaftes Naturgeschehen. Sie haben erfahren und verstanden, dass sie nicht planlos, fast willenlos im Taumel der Hormone aufeinander zu getrieben, deterministisch dem Reiz-Reaktions-Schema unterworfen sind. Sie haben erkannt, dass es kein blinder Zufall ist, dass gerade diese Frau und dieser Mann sich finden. Sie wählen sich nicht nur ihrer äußeren Attraktionen wegen, sondern auch und gerade ihrer Fehler wegen. Diese führen zwar in die gemeinsame Krise, sind aber gleichzeitig das nötige Krisenpotential, eigene **Selbstgerechtigkeit – ein aus Schutz aufgebautes falsches Selbst - zu überwinden**, blinde Flecken aufzuspüren und den oft mühsamen Weg der Persönlichkeitsreifung zu beschreiten, herausgefordert durch den Partner.

So tragen sie bei zum Wachstumsprozess, nicht nur als Individuum und als Paar, sondern auch in ihrer Mitwelt. Das Paar nimmt damit seinen Platz im Rahmen der Schöpfung ein. Die **Partner bilden eine** säkulare „**unio mystica**“.

Für viele Paare sind solche Gedanken im Alltag oder auf Grund ihrer Zerstrittenheit nur hohl und hochtrabend. Die idealsten Vorstellungen helfen nicht, wenn sie nicht in die Praxis umgesetzt werden. Das gilt für alle menschlichen Belange, für die Liebe aber ganz besonders. Gedanken und

Worte wirken nur, wenn sie hautnah fühlbar werden. In der Paartherapie verwenden wir dazu den Weg der Erlebnisvermittlung durch **Rituale und Übungen**, um sinnliches Empfinden für oft übersinnliche Phänomene zwischen Liebenden zu aktivieren oder zu intensivieren.

So bitten wir z.B. die Partner, wenn einer von „herzergreifend“ spricht, genau dieses **Wort in Gesten** umzusetzen. Wir leiten sie dann beispielsweise an, voreinander hinzutreten, sich ruhig in die Augen zu schauen und im Wechsel ganz langsam im Zeitlupentempo zehn Minuten lang mit der linken offenen Hand, die vom eigenen Herzen kommt, sich dem Herz des Partners zu nähern und es schließlich zu berühren.

→ **Herzensübung**

Fortgeschrittene Paare laden wir dazu ein, zu Hause die **Stille Vereinigung** zu begehen. Dieses Ritual dient weniger dazu, Techniken und Stellungen zu vermitteln, sondern die sexuelle Vereinigung im **Liebenden Ineinander** zum Höhepunkt ganzheitlicher Hingabe und Verschmelzung werden zu lassen. Ziel ist dabei gerade nicht der Schlussakkord im Orgasmus, sondern das gemeinsame Dahingleiten in die Einswerdung von Mann und Frau. Die Prinzipien von Absichtslosigkeit und Achtsamkeit kommen hier zur Wirkung.

Durchführung Stille Vereinigung: *Nach einem sanften Vorspiel versenken sich die Beiden ganz, ganz langsam ineinander. Jeder Millimeter davon soll gekostet, erfahren und erspürt werden. Gut ist es, wenn der Mann oben liegt. Die Liebenden bewegen sich nur leicht dabei, gerade so, dass sie ein sanftes Gefühl der Erregung oder der hohen Aufmerksamkeit behalten. Haben sie sich schließlich ganz in der Tiefe versenkt und*

umschlungen, bleiben sie ohne große weitere Bewegung ineinander versunken für eine halbe Stunde. Die Erregung soll nicht gesteigert oder gar zu einem Höhepunkt geführt werden, sondern einfach nur erhalten werden. Sie bewegen sich weiterhin nur ganz leicht, die Frau umarmt mit ihrer Scheidenmuskulatur den Penis ihres Mannes - um Erektion oder Feuchtigkeit zu erhalten. Zarte Schmetterlingsorgasmen können sich ereignen, in die einfach hineingeatmet wird.

Nach einer halben Stunde lösen sie sich dann ebenso langsam voneinander, ohne zum üblichen Orgasmus zu kommen. Innige Erregung und Glücksgefühle können lange nachklingen.

Diese Vereinigung ihrer Sinne führt in der gegenseitigen Hingabe zur **Sinnverbindung der Liebenden mit dem Strom des Lebens.**

Das Paar wird in diesem Schöpfungsprozess Bindeglied zur Ewigkeit.

In der Therapiearbeit erleben wir - ist der vordergründige, oberflächliche und laute Streit erst einmal überwunden - die Suche vieler Paare nach dieser tiefen sinnhaften Verbindung.

Das ist nicht selbstverständlich. Denn wir dürfen nicht vergessen, dass wir in einer Gesellschaft leben, in der der Begriff **„Spiritualität“** und die **Idee einer geistigen Struktur des Menschen** - wie eingangs schon erwähnt – entweder banalisiert wird oder sogar vom **gegenwärtigen Zeitgeist in seiner Substanz negiert und diskreditiert wird.**

Führen wir uns dazu die historisch bedingten Gründe vor Augen, um sie bewusst und nachhaltig zu überwinden:

Zuerst hat die Institution der Kirche sich durch Kreuzzüge, Hexenverbrennungen, Inquisition, Machtgier und Feigheit in Misskredit gebracht. Dadurch und durch die Säkularisierung im Zuge der Aufklärung ist die christliche Spiritualität dieses Kulturraumes bei vielen Menschen außer Kraft gesetzt worden. Stattdessen gewann die ratio – d.h. die Vernunft die Oberhand für die Erklärung von Mensch und Welt.

Im Anschluss daran ist das 19. Jh. mit der Explosion der Entdeckungen und Entwicklungen in Naturwissenschaft und Technik, mit der industriellen Revolution, mit der Idee der Machbarkeit und mit dem aufkommenden Kapitalismus über spirituelles Kulturgut hinweg gerast. Globalisierung, Beschleunigung, Gewinnmaximierung bis hin zur Selbstoptimierung mit Hilfe von Medikamenten gehören heute zum Zeitgeist.

Die **materialistische Welteinstellung verspricht Herrschaft und Macht über Natur und Menschen** mit all ihren negativen Konsequenzen. Hier hat die Spiritualität des Menschen keinen Platz mehr.

Auch die philosophische Erkenntnis z.B. von Kant oder auch Hegel und deren Nachfolger findet kaum mehr Resonanz – nämlich die Idee, dass wir **Menschen sowohl Wesen der Natur als auch geistige Wesen sind.**

Die Welt des Geistes, die Welt der Idee, der Spiritualität ist tot – scheinbar tot. Wir sind somit von unserer Existenz als spirituelle, geistige Wesen abgeschnitten und entfremdet.

(Pause)

Spiritualität in unserem Verständnis wird nicht mit kirchlicher Religiosität gleichgesetzt.

Spiritualität ist das übersinnliche und feinstoffliche Wirken der Menschen. Die spirituelle Haltung ist gekennzeichnet durch unser Streben nach dem Guten, Wahren und Schönen. Damit verbindet sich Achtsamkeit, Verantwortung und Förderung von Natur und Kreatur zur Aufrechterhaltung der Kreisläufe – in mir, - in dir – in der Welt.

Die erfüllte Liebesbeziehung im Austausch von Körper, Geist und Seele ist Ausdruck einer solchen Spiritualität.

Spiritualität ist das Streben der Menschen nach Vervollkommnung durch praktizierte Sinn- und Wertfindung.

Enthalten ist darin Wahrnehmen, Erfahren, Wissen und achtsamer Umgang mit dem Übersinnlichen bzw. mit dem Feinstofflichen, das sich dem messbaren Erleben durch unsere menschlichen Sinne entzieht. Das **Paar** in seiner körperlich-geistig-seelischen Bedingtheit tauscht feinstoffliche Energien. Das macht die **unsichtbare** Dynamik zwischen Frau und Mann aus. Paarsein ist etwas Spirituelles – es ist nicht messbar, es ist nicht käuflich. **Trotzdem entsteht ein Gewinn:** Würde, Achtsamkeit, Wahrhaftigkeit und Verantwortung füreinander.

Trotz Krisenanfälligkeit und Reibungsverlust durch die auf das Paar vielfältig einwirkenden Faktoren, führt gerade die **Verbindung der Seelen in der Vereinigung aller Sinne zu einer ersehnten einzigartigen Einheit**, die uns Liebende nährt und heilt. In der Seele des Partners zu wohnen, gibt uns Identität und Heimat. Dieser Austausch aber fällt vielen, sehr vielen Paaren schwer – und unterbleibt oft ganz.

Das Liebende Ineinander, das gleichzeitig Befreiung und gegenseitige Vervollständigung der Geliebten hin zur ersehnten Ganzheit bedeutet, beschreibt 1469 Marsilio **Ficino** feinsinnig und unnachahmlich:

„Ohne Zweifel geht da etwas Wunderbares vor, wo zwei sich in gegenseitiger Zuneigung entgegenkommen: dieser lebt in jenem, jener in diesem. Sie tauschen einander gegenseitig aus: Ein jeder gibt sich dem anderen hin, um diesen in sich aufzunehmen. In welcher Weise sie sich hingeben, ist daraus zu ersehen, dass sie sich selbst vergessen; hier besitzt jeder von beiden sich selbst und den anderen. Denn dieser besitzt sich selbst, aber in jenem: jener besitzt sich selbst, aber in diesem. Nämlich, indem ich dich liebe, der du mich liebst, finde ich mich in dir, der du an mich denkst, wieder und gewinne mich, nachdem ich mich selbst aufgab, in dir, der du mich erhältst, zurück. Das Gleiche tust du in mir, denn wenn ich, nachdem ich mich selbst verlor, durch dich mich zurückgewinne, so besitze ich mich durch dich. Wenn ich mich durch dich besitze, so besitze ich vorher und in höherem Maße dich als mich, stehe also dir näher als mir selber, da ich nur durch deine Vermittlung zu mir selbst gelange.“

Im Ansatz von Marsilio Ficino liegt eine revolutionäre und moderne spirituelle Sicht: Frau und Mann können sich gegenseitig erlösen und bilden in dieser Einheit Ganzheit und Transzendenz - Göttlichkeit. In den angeführten Untersuchungen der Paarsynthese zur psychologischen Bedeutung und Wirkung von Liebe finden wir diese mächtige Aussage von Ficino bestätigt. Wir haben Partner das Erleben ihres Orgasmus niederschreiben und schildern lassen. Darin werden immer wieder genau diese Erfahrungen, Empfindungen, Gefühle und „göttliche“ Erlebnisse ausgedrückt. Die Schwerkraft der Liebenden scheint aufgehoben im Erreichen des Höhepunktes. Sie erfahren die Einheit mit dem Kosmos. Ihre erotische Kraft durchflutet das ganze Sein. Die Einheit des Lebens ist hergestellt.

Hier Orgasmus – Text vorlesen

Wie erlebe ich meinen Orgasmus?

- Manchmal renn ich einen Berg hoch, schneller, schneller, - immer schneller rase ich auf die Kante zu - springe und falle in eine köstliche Leere. Das Blut rauscht in meinem Bauch, eine rote Spirale windet sich durch mich, bis ich in den letzten sanften Kurven neben dir auf dem Boden lande.
- Manchmal hetzte ich mich selbst, erschöpft, - angespannt erreiche ich einen kleinen Raum unten in meinem Bauch, der sich einen Atemzug lang ausdehnt und mich dann ausspeit.
- Manchmal - ganz selten - bin ich die Urmutter, die Göttin. Mein Geschlecht verschlingt die Welt und gebiert sie neu, mein Orgasmus ist ein Tsunami über allen Wassern und meine Stimme öffnet die Erde.

Hier fühlen wir uns **im Innersten gemeint, hier verbindet sich ‚männlich‘ und ‚weiblich‘**, hier vereinigen sich die Polaritäten im taoistischen Sinne von Yin und Yang zu einer Ganzheit. Hier wird das Prinzip der Androgynie wichtig – ein sehr feinstoffliches Geschehen:

Nur wer als Mann in sich auch den weiblichen Kern zulässt und pflegt, kann wirklich eine Frau verstehen und sie auch befriedigen – und umgekehrt genauso.

Das ist wirkliche spirituelle Paardynamik.

Paare, die lange zusammen sind, wissen, wie viel Arbeit die Liebe braucht und wie schmerzlich sie sein kann.

Wenn sich aber durch diese Liebesarbeit ein Feld öffnet für die Frage: Wozu Partnerschaft? Wozu sind wir zusammen gekommen im tiefen Sinn? – dann entsteht oft eine Dichte, die Beide als tief beglückend erfahren. Hier entsteht Raum für spirituelle Erfahrung, für mystisches Erleben.

Paare lernen, dass z.B. Sexualität, die auf Triebbefriedigung reduziert ist, durchaus schön sein kann, für eine Partnerschaft auf Dauer aber zu dünn, zu eindimensional ist. Diese Art der Sexualität hat zu wenig Raum für das Wort DU, sie befriedigt nicht die Sehnsüchte der Herzen und der Seelen.

In eine Dichte von Innigkeit, Intimität und Wahrhaftigkeit das Wort DU zu sprechen und es zu hören, erzeugt eine Resonanz, einen besonderen Klang. Das Wort DU hat eine öffnende und entspannende Wirkung, beide wissen: Ich bin zugehörig, ich habe einen Platz auf Erden, ich bin gesehen und gewollt in tiefster Existenz.

Das Wort **‚DU‘** **öffnet einen spirituellen Raum**, der eine gewisse Zeitlosigkeit hat, eine Weite, eine Klarheit, eine Leere, aus der die Schöpfung sich in jedem Augenblick fortsetzt. Mystische Erfahrung und Sinnfindung werden hier möglich, nicht in der Askese und Zurückgezogenheit, sondern in der Tiefe des Zwischenmenschlichen, **in der Liebe**. Viele Frauen ringen mit sich, sich in dieser Weite und Tiefe zu öffnen, sie wollen es durchaus und manchmal geht es nicht. Frauen suchen in der Regel mehr als Männer nach dieser feinstofflichen Kraft. Sie verkümmern sonst in ihrer Seele und ihre Säfte der Lust vertrocknen, wenn sie mit diesem Du nicht abgeholt werden.

Paare sprechen das Wort DU nicht nur mit der Stimme, sie sprechen es **mit den Augen, mit der Berührung und manchmal nur mit der seelischen Energie**.

So entsteht Intimität, - weit umfassender als die rein körperliche. Der Ort ist entscheidend: **Intimität wohnt in der Seele**. Diese Intimität mündet in leibhaftige spirituelle Erfahrung. Sie schenkt uns Heimat im Universum.

Paare spüren Einsamkeit in ihrer Seele, wenn dieses Körper, Geist und Seele umfassende Du wegbleibt, - wenn es nicht gesprochen wird, - nicht gehört wird. **Das umfassende Du, das fehlt, höhlt die Liebe aus**. Der erfahrbare Sinn geht verloren. Intimität findet nicht statt.

Erinnert Euch an die Dialogsäulen, die Donnerstagabend im Rahmen des Eröffnungsvortrages gezeigt wurden. Mit diesen Grunddialogen wird der intime Raum gebaut.

Die intime Liebe eines Paares wird zur Keimzelle von Menschlichkeit – und damit auch von Mitmenschlichkeit. In der Intimität werden wir gezeugt, in der Intimität zwischen Eltern und Kind reifen und wachsen wir, in der Intimität mit dem Partner finden wir uns ganz wieder – und damit unsere Identität und unsere Würde. In der Intimität der Klienten mit ihren Therapeuten entsteht Heilung.

Intimität ist die tiefste Verdichtung menschlichen Seins. Die Spiritualität des Paares wird in diesem intimen Raum geboren.

Ich – Erfahrung und Du - Erfahrung – sie durchdringen einander, wachsen aneinander durch den intimen Dialog. Wir werden wieder zu dem, was wir eigentlich sind: Würdevolle Menschen.

Würdevoll auch deshalb, weil wir im Glanz der Augen des Partners unsere Kostbarkeit erspüren, - ähnlich wie das Kind seinen Wert, seine Wichtigkeit und Bedeutung, seine Würde erst im Glanz der Augen von Mutter und Vater (Heinz Kohut) erfährt.

Es ist eine sehr feinstoffliche und spirituelle Fähigkeit, mit unserem Dritten Auge die Kostbarkeit im Partner zu erkennen. In ihn hineinzuschauen und zu sehen – bis auf den Grund seiner Seele: Das Gute im Partner zu sehen, - Das Gute in Dir zu sehen, - das gelingt niemandem so gut wie den Liebenden.

Ü: Ich sehe das Gute in Dir

Definition Seele:

Paarsynthese als integrative Arbeit an der Liebe bezieht sich mit ihrem Seelenbegriff zu weiten Teilen auf das Verständnis von Aristoteles (384 – 322 a.C.): Er beschreibt Seele wesentlich als Entelechie. Danach tragen alle Organismen das Streben in sich, das in ihnen angelegte Potential möglichst optimal zu entfalten, bis zur reifen Form.

„Werde, der du bist“ ist die Kurzform dafür.

(von Pindar 500 a.C., von Goethe, Nietzsche in Ecce homo und Picasso immer wieder zitiert)

Nach Aristoteles meint Seele auch die Sehnsucht und die Energie (*Energeia*), die die Antriebskraft für das Streben nach dem sich Vervollkommen und sich Verwirklichen in sich birgt. Nur der, der sich gemäß seiner inneren Möglichkeiten entfaltet, wird zu seiner Bestimmung, zu seiner Kraft und zu seinem Glück finden (*Eudaimonia*). Der Sinn der Menschen besteht folglich darin, sich ganz zu verwirklichen.

Dieses Streben nach dem *wahren Selbst* (Asper, Masterson 1993), wie wir Entelechie in der Psychotherapie verstehen können, ist mit dem Begriff Seele durchaus gleichzusetzen. Partner fördern und fordern sich gegenseitig dabei, indem sie dieses Streben voller Achtsamkeit für sich und den Partner kultivieren. Achtsamkeit für die eigene Seele fördert auch die Seele des Partners.

Daraus ergibt sich die Kurzformel:

- „**Werde, der du bist – auch für deinen Partner**“.