



Paar(verzeih)ung

Menschen, die sich lieben, fügen sich unausweichlich auch Verletzungen zu.

Von Michael Diaz

Wenn ein Paar, den für sich gemeinsam gewählten Weg weitergehen will, müssen sich Partner negativ Erlebtes, verzeihen.

Häufig sind - Enttäuschungen oder Verletzungen, die sich Partner gegenseitig zugefügt haben, unerledigte Konflikte, die noch in der Luft hängen - im Bewusstsein der beiden Partner gar nicht präsent.

Derjenige, der verletzt hat, denkt oft gar nicht mehr daran, weil er meint, das sei längst erledigt, die Verletzung ihm gar nicht bewusst war oder diese ihm nie direkt mitgeteilt wurde.

Der verletzte Partner spürt zwar noch die nicht verheilte Wunde, versucht sich aber davon abzulenken und drängt den Schmerz immer wieder weg, oft aus der verständlichen Absicht heraus, dass es endlich gut sein soll, dass es doch wohl nicht „so gemeint“ war

oder dass es nur ein einmaliges Geschehen war. Aber dennoch ist „im Unterbewusstsein“ die Verletzung noch immer da, und sie „wirkt“. Gefühle von geheimen Groll, versteckter Wut oder sinkendem Vertrauen auf und in den anderen treten in die Paarbeziehung ein.

Im Laufe der Zeit wird parallel das Miteinander immer kühler. Die Paarfronten verhärten sich. Eine gewisse Distanz der beiden Partner zueinander wird immer mehr spürbar. Sie gehen gewissermaßen „zu weit allein“ dem Fortbestand Ihrer Beziehung entgegen und werden sich immer fremder.

Vieles darf und soll einfach vergessen sein um so tatsächlich in der Vergangenheit zu versinken.

Es gibt jedoch Ereignisse, die man gerne auf diese Art und Weise verschwinden lassen möchte, die das aber nicht zulassen. Dies könnten zum Beispiel Hand-



lungen oder Unterlassungen des Partners sein, die im Herzen des anderen weiterragen, obwohl sie schon viele Monate, Jahre oder gar Jahrzehnte zurückliegen können.

Sie sind auch heute noch wirkend, nicht nur weil sie besonders weh getan haben, sondern auch weil sie in sensiblen Situationen geschehen sind. In Situationen wo einer der Partner den anderen gerade dann gebraucht hätte oder wo einer der Partner seine eigenen Wünsche oder Ziele den Wünschen oder Zielen des Partners, hinten angestellt hatte und für sein tun sich fallen gelassen fühlte.

Das einmal Geschehene kann nicht mehr ungeschehen gemacht werden obwohl es in der Vergangenheit liegt – heute in der Gegenwart – immer noch nachwirkt.

Bei vielen Paaren sind diese Verletzungen der Anfang vom Ende der Beziehung, obwohl einem oder beiden dies noch gar nicht richtig bewusst ist.

Alles was danach hinzugekommen ist oder in der Zukunft noch hinzukommt sind nur noch die besagten Tropfen, welche das Fass, zum überlaufen bringen.

Auch wenn ein Paar zusammenblieb oder auch in Zukunft zusammenbleiben wird, so steht dies Geschehene immer zwischen beiden. Es wird sich trennend und entfremdend auf beide weiter auswirken.

Nur durch ein sich Selbst, aber auch dem Partner gegenüber gewolltes Verzeihen hört es auf störend in das heute hineinzuwirken. Zu welchem Ergebnis dies in der Beziehung führt, ist nicht vorhersehbar. Eines ist jedoch sicher, es wird sich etwas lösen und verändern.

Geben Sie sich neue Lösungswege und Lösungsmöglichkeiten an problematischen Herausforderungen Ihrer Paar-beziehung.

Neue Impulse auf neuen Wegen
Ihr Michael Diaz



Michael Diaz
Systemtherapeut . Traumatherapeut
Paar- und Familientherapeut
Trennungstherapeut
Krisenintervention
NLP-Therapeut
Biofeedbacktherapeut
Psychologischer Berater
Psychotherapeutischer Heilpraktiker

Für mampa-Leser:
Telefonische
Sprechstunde
Mo-Fr 11:30-12:00 Uhr

Zielorientierte Lösungswerkstatt

Michael Diaz
Dr.-Gessler-Str. 18
D-93051 Regensburg
Telefon 0941-4907 008
mail@loesungswerkstatt.info
www.loesungswerkstatt.info