

# Übertragungsbeziehungen

Literatur: Hans-Joachim Maaz, "Die Liebesfalle, Spielregeln für eine neue Beziehungskultur"

Wenn die **kindlichen Bedürfnisse** gravierend im Mangel geblieben sind, ist die Sehnsucht danach **unersättlich**, weil die Not des Kindes sich existenziell und zeitlos angefühlt hat. Der Mangel wird verdrängt.

Oft fühlen wir uns bei einem anderen Menschen besonders wohl, wenn bei ihm unbefriedigte Bedürfnisse aus der Kindheit gestillt werden können. Wir holen (oder erhoffen) uns vom Partner, was wir von Mutter oder Vater nicht (genügend) bekommen haben.

Wenn in der Vertrautheit einer **Partnerschaft** die **Sicherheit** ausreichend ist, so dass die verdrängten kindlichen Bedürfnisse sich zeigen dürfen, dann gibt es häufig regressive Entwicklungen (insbesondere im Angesicht kleiner Kinder, die vom Partner liebevolle Zuwendung erfahren, die man selbst vermisst hat).

Solange das geben und nehmen in der Partnerschaft im **Gleichgewicht** ist (evtl. auf verschiedenen Ebenen) läuft alles ruhig.

Aber kein Mensch kann nachträglich so viel geben wie das (innere, verletzte) Kind vermisst hat. Wenn erkannt wird, dass der Partner die unbefriedigten Bedürfnisse nicht erfüllen kann (oder will) fühlt sich die Enttäuschung riesig an.

Bedürfnisse lassen sich stillen – Verlangen ist unstillbar.

Mit Bewusstsein darüber, dass es sich um eine „**Ent-Täuschung**“ handelt, lassen sich viel Streit, Frust und Trennung vermeiden. Nicht getäuscht zu sein und keiner Illusion zu erliegen ist erstrebenswert, fühlt sich aber nüchtern an (Romantik erscheint angenehmer).

Ungestillte Bedürfnisse lassen sich ein wenig "**nachnähren**", vor allem durch Selbstliebe.

Viele tantrische Texte handeln davon, Illusionen zu überwinden ..., die Anhaftung an das persönliche Ego fallen zu lassen ... , hinter den persönlichen Macken des Gegenüber das Göttliche zu sehen.

Tantrische Spiritualität ermuntert uns mit intensiv Lebendigkeit zu spüren und die Alltagsgedanken und Probleme mal ein wenig zur Seite zu legen. Das gibt uns Kraft das Alte aufzuarbeiten oder gut für andere da zu sein.

**Übung:** Schreibe jeweils auf ...

Was glaubt deine Mutter über das Leben?

Was glaubt dein Vater über das Leben?

Welche Sätze hast du als Kind über dich gehört?

Welche Bedürfnisse sind in der Kindheit (objektiv) mangelhaft befriedigt worden?

Auswertung: was machst du jetzt wirklich anders/besser?

