

Unverkäufliche Leseprobe aus:

**Lermer, Stephan/Meiser, Hans Christian**

**Der verlassene Mann**

Sind Frauen das stärkere Geschlecht?

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

© S. Fischer Verlag GmbH, Frankfurt am Main

# Inhalt

<b>Einführung</b> . . . . .	11
-----------------------------	----

## **Die Welt des Mannes**

Wie die Erde durch die »Falle« vermännlicht wurde . . . . .	17
Macht-Manifestation aus Angst vor »ersatzloser Streichung« . . . . .	23
»Gebär-Neid« als Motivations-Faktor Nr. 1 . . . .	27
Das Wiederauftreten des Weiblichen: Die Wende am Ende des 20. Jahrhunderts . . . . .	29

## **Der Verfall der Männlichkeit**

Die tief verwurzelte Kluft zwischen Frau und Mann . . . . .	32
Der unüberbrückbare Graben zwischen Welt und Mann . . . . .	37
Der von Orientierungslosigkeit gebeutelte »Übergangs-Mann« . . . . .	39
Das endgültige Aus für die alten »Rollen« . . . .	42

## **Die Wandlung der Gefühle**

Der Verlust von Macht, Mutter und Frau . . . .	45
Emanzipations-Vorsprung: Weshalb der Mann die Frau (noch) nicht verstehen kann . . . . .	58

Von »allen guten Geistern« verlassen . . . . .	62
Die vorzeitige Auflösung von Partnerschaft und Familie . . . . .	66

### **Weshalb Frauen Männer verlassen**

»Typisch Mann – typisch Frau« . . . . .	70
Teilwandel . . . . .	72
Bund für ein ganzes Leben? . . . . .	73
Auf Selbst-Erkundung . . . . .	75
Die Suche nach echter Partnerschaft . . . . .	77
Gleiches Recht für alle . . . . .	80
»Entweder deine Mutter oder ich« . . . . .	81
»Das eine« . . . . .	83
Physische Gegebenheiten . . . . .	84
Verschiedene Wege zum Höhepunkt . . . . .	86
Gewalt in der Ehe . . . . .	89
Vergewaltigung im Ehebett . . . . .	89
Gewalt gegen Frauen und Kinder . . . . .	90
Trennungsgrund: Eine andere . . . . .	91
»Er ist nicht bereit, sich zu ändern« . . . . .	93
Hauptfaktoren für Trennungen . . . . .	94
Die häufigsten Trennungsursachen . . . . .	96

### **Wie reagieren verlassene Männer?**

Der Erhabene . . . . .	108
Der Ergebene . . . . .	112
Der Beständige . . . . .	117
Der Bunte . . . . .	120
Die 8 größten Fehler, die der verlassene Mann begehen kann . . . . .	127
11 Strategien zur Vermeidung dieser Fehler . . . . .	129

Wissenschaftliche Erkenntnisse zur Trennungs-  
Bewältigung . . . . . 145

**Der neue Mann**

Orientierungshilfe Frau . . . . . 151  
Die androgyne Verschwörung . . . . . 154  
Die Heimkehr des Verlorenen Sohnes . . . . . 155  
Mann wird Mensch . . . . . 158

**Der Weg zur Reife**

Die Abkehr vom workaholic . . . . . 161  
Die Überwindung der Egofixierung . . . . . 164  
Der Mut zur Individuation . . . . . 166  
Die Lust am ernststen Gefühl . . . . . 167

**Männer-Knigge**

Der »Design-Mann« des 21. Jahrhunderts . . . . . 170  
Das innere Band . . . . . 172  
Adams-Freundschaft . . . . . 174  
Die neue Begegnung von Mann und Frau . . . . . 177

**Ausgewählte Initiativen, Arbeitskreise,  
Beratungsstellen zum Thema Trennung und  
Scheidung . . . . . 179**

**Informationsmaterialien zum Thema Trennung  
und Scheidung aus den Bundesministerien . . 181**

**Anmerkungen . . . . . 182**

## Einführung

Die Autoren dieses Buches sind Männer. Männer, die – wie andere ihrer Geschlechtsgenossen – auch von Frauen verlassen wurden. Trennungserfahrungen sind Provokationen zum Wachwerden, aber auch Daseinserfahrungen: In ihnen wird uns der Wert des Lebens und der Liebe offenbar. Deshalb sind verlassene Männer stets *mehr* als nur von Frauen Verlassene. Von der Frau verlassen worden zu sein, fördert ein grundsätzliches Verlassensein zutage: Der Mann ist auch (konkret) von den »Müttern« und dem Vater verlassen und gleichzeitig (abstrakt) vom Helden-Ideal, von der Entscheidungsmacht, von den Vorbildern und der Autorität – im übergeordneten Sinn sogar von Weltschöpfungs-Illusionen und Allmachts-Phantasien. Alle diese Faktoren führen den Mann zu der schmerzlichen, aber realistischen Erkenntnis, daß die Befriedigung der Sehnsucht nach Halt eine Illusion ist. Durch den Zusammenbruch der Fiktion, die Verantwortung für sein Leben läge bei einem anderen Menschen – also außerhalb seiner selbst –, wird er sich der eigenen Kraft und des eigenen Mutes bewußt. Aus dem anfänglichen Zwangsgefühl, selbst die Entscheidung fällen zu *müssen*, entwickelt sich mit zunehmender Reife eine Lust an den Möglichkeiten, sein Leben selbst gestalten zu *können*.

Verlassenwerden zwingt zum Denken und Umdenken – ob man(n) will oder nicht. Erst aber, wenn sich hoffnungsvolles neues Denken in couragiertes neues Leben verwandelt hat, wird es dem Mann gelingen, ganzheitlich zu wachsen, d. h. zu der vollständigen Version von »Mann« heranzureifen, die die Natur für ihn vorgesehen hat.

Zunächst wird der gesamte Kontext des Buches in 39 Stichpunkten, die zugleich Thesen darstellen, geschildert. Es handelt sich dabei um ein Psychogramm des »Liebes-Musters«, das bewußt den »Alten Mann«, den »Übergangsmann« und den »Neuen Mann« zu Wort kommen läßt. Überliefertes und Zukunftsvisionen sind hier untrennbar miteinander verbunden, da erst die Erfahrung des Negativen die dem Menschen innewohnende Positivität freizusetzen und somit eine Veränderung herbeizuführen vermag, die für *beide* Geschlechter von Vorteil sein kann. Die Angst vor dieser Veränderung abzubauen und in Mut zu einer offenen Begegnung mit der Frau umzuwandeln, bleibt die große Aufgabe, die der Mann im Zuge seiner Emanzipation zu verwirklichen hat.

Das Psychogramm von Finden und Trennen sieht aus vergangener, gegenwärtiger und zukünftiger Perspektive demnach folgendermaßen aus (siehe dazu die Tabellen auf S. 13–15):

Die allgemeinen Voraussetzungen, weshalb der Mann von der Frau verlassen wird, sind in den drei ersten Kapiteln geschildert, die konkreten im Kapitel vier. Das Coaching-Seminar, das im fünften Abschnitt veranstaltet wird, trägt dem vorangegangenen Psycho-

## **1. Warum wird der Mann verlassen?**

- 1.1. Der Mann stellt der Frau eine Falle.
- 1.2. Die Frau tappt scheinbar hinein.
- 1.3. Der Mann denkt, die Frau säße in der Falle.
- 1.4. Die Frau gibt vor, sich in der Falle wohl zu fühlen.
- 1.5. Der Mann hat das Fallenstellen verinnerlicht.
- 1.6. Die Frau fühlt sich in der Falle nicht mehr genügend geliebt und erkennt ihn als *verlogenen* Mann.
- 1.7. Der Mann merkt nicht, daß er durchschaut ist.
- 1.8. Die Frau entfernt sich vom Mann.
- 1.9. Der Mann wird zum *verlorenen* Mann.
- 1.10. Die Frau gibt dem verlorenen Mann keine Chance mehr.
- 1.11. Der Mann sucht seine verlorenen Chancen wiederzugewinnen.
- 1.12. Die Frau verläßt den Mann.
- 1.13. Der Mann sitzt in seiner eigenen Falle.

gramm, in dem Mechanismen verarbeitet sind, die aus empirischen Beobachtungen gezogen wurden, Rechnung.

Der verlassene Mann wird jedoch nicht nur aus psychologischer Sicht beleuchtet, sondern auch aus philosophisch-soziologischer. Nur ein Ineinandergreifen beider Blickwinkel kann demjenigen Orientierung und Einsichten anbieten, der selbst betroffen war, ist oder sein wird. Denn der Schmerz des verlassenen Mannes

## **2. Wie geht der Mann mit seinem Verlassensein um?**

2.1. Der Mann lehnt es ab, an sein Verlassensein zu glauben.

2.2. Der Mann fühlt sich trotzdem verlassen.

2.3. Der Mann leidet.

2.4. Der Mann sucht einen Ausweg aus dem Leid.

2.5. Der Mann versucht die Frau wiederzugewinnen.

2.6. Der Mann begreift allmählich, daß er mit seinen Bemühungen keinen Erfolg haben wird.

2.7. Der Mann sucht seinen Leidensdruck anderweitig abzubauen.

2.8. Der Mann hofft dennoch weiterhin.

2.9. Der Mann beginnt sich an die Hoffnung zu gewöhnen.

2.10. Der Mann ritualisiert die Hoffnung.

2.11. Der Mann beginnt über seine Chancenlosigkeit nachzudenken.

2.12. Der Mann wird sich seiner Chancenlosigkeit bewußt, ohne die Gründe dafür zu begreifen.

2.13. Der Mann läuft Gefahr, bei der nächsten Begegnung mit einer Frau denselben Mechanismen zu erliegen.

ist lediglich *ein* Ausdruck für einen Schmerz, der weit tiefer geht, der in die Vergangenheit zurückreicht und individuell wie kollektiv auftritt. Um diesen Schmerz verstehen zu lernen und ihn für das Leben fruchtbar

### **3. Was macht der Mann, damit er in Zukunft nicht mehr verlassen wird, und wie reagiert die Frau?**

- 3.1. Der Mann stellt der Frau keine Falle mehr.
- 3.2. Die Frau stellt dem Mann keine Falle mehr.
- 3.3. Der Mann muß nicht mehr lügen.
- 3.4. Die Frau entfernt sich nicht mehr vom Mann.
- 3.5. Der Mann fühlt sich nicht mehr verloren.
- 3.6. Die Frau liebt den Mann ganzheitlich.
- 3.7. Der Mann liebt die Frau ganzheitlich.
- 3.8. Die Frau will sich mit dem Mann weiterentwickeln.
- 3.9. Der Mann will sich mit der Frau weiterentwickeln.
- 3.10. Der Mann verliert seine Chancenlosigkeit.
- 3.11. Die Frau fördert die eigenständige Identität des Mannes.
- 3.12. Der Mann ist Mensch geworden.
- 3.13. Die Frau verläßt den Mann nicht mehr.

werden zu lassen, wurden diese Gedanken niedergeschrieben. Sie wurden gleichzeitig in dem Bewußtsein verfaßt, daß Mann und Frau sich in einem neuen Licht begegnen sollten, wenn sie endlich die älteste aller Problematiken überwinden wollen: den Kampf der Geschlechter.

## Die Welt des Mannes

### **Wie die Erde durch die »Falle« vermännlicht wurde**

»Am Anfang war die Frau. Sie gebar das Universum, die Erde, die Tiere, den Mann.« In dieser Überlegung sind symbolhaft die matriarchalischen Urvorstellungen zusammengefaßt, wie sie z. B. vom Stamm der Kabylen in Nordafrika, der von der »ersten Mutter der Welt« spricht, oder den Anyuua, einer Volksgruppe Äthiopiens (»Eine Frau fing im Strom einen großen Fisch, der sich zuerst in eine Schlange, dann in ein Krokodil und schließlich in einen Mann verwandelte«), mitgeteilt werden. Das weibliche Prinzip (bei den Inuit-Eskimos »Sedna« – »Jene, die vorher ist«), seit jeher transkulturell als Schöpfungsprinzip aufgefaßt, wurde in Überlieferungen der verschiedensten Art als Urprinzip des Sich-Verschenkens, des Gebärens, des absichtslosen Gebens und als Urprinzip allen organischen Lebens dargestellt. Die Trennung von Frau und Mann, wie wir sie heute als falsch verstandene (weil als *grundsätzlich* vorhanden geglaubte) Polarität von Weiblich und Männlich begreifen, gab es in Vorzeiten nicht – vor allem nicht in ihrer heute beinahe kriegerischen Gebärde.

Es ist nicht die Aufgabe des vorliegenden Buches, den

Entwicklungen sozialer und psychischer, also äußerlicher und innerlicher Strukturen in der Frühgeschichte der Menschheit nachzuspüren. Es entspricht auch nicht der Absicht dieser Arbeit, nachzuweisen und aufzuzeigen, weshalb aus der Welt des Weiblichen schließlich die Welt des Mannes, die heute wieder im Schwinden begriffen ist, entstand. Allein die Tatsache, daß diese Entwicklung vor sich ging, soll als Phänomen die Basis zum Thema des »Verlassenen Mannes« bilden. Dennoch werden gelegentlich historische Veränderungen des Frau-Mann-Gefüges anklingen, um den Status quo der heutigen Geschlechterbeziehung deutlich zu machen.

Die Grundthese dieses Buches lautet, daß *der Mann der Frau eine Falle stellt*. Was ist damit gemeint? Ein Vergleich kann eine erste Antwort darauf geben: Wenn bundesdeutsche Fußballprofis nach Italien abwandern, so unternehmen sie diesen Schritt, weil das finanzielle Angebot verlockend, die Aussicht auf eine internationale Karriere und ein späteres sorgenfreies Leben erstrebenswert scheinen. Ob die soziale Einbindung im Gastland eine passende ist, ob das seelische Gleichgewicht am fremden Ort nicht ins Wanken gerät oder ob das Familienleben sich jenseits der Heimat optimal entfalten kann, interessiert im Moment der Entscheidung höchstens peripher. Es gibt immer noch Frauen, die diesem Prinzip folgen. Sie wählen das gegenwärtig jeweils beste Angebot. Weshalb sollten sie sich auch mit Habenichtsen, die zwar begnadete Liebhaber sein mögen, längerfristig einlassen, wenn sich die Chance auf ein Wochenendhaus in den Bergen, ein Segelboot und ein rundum gesichertes Dasein auftut? Wem der Zu-

sammenhang von Geld und Liebe nicht einleuchtet, der wird sein Ziel meist nicht erreichen, da er sich gegen das gesellschaftliche Arrangement von Frau und Mann stellt, das trotz aller Emanzipation noch immer lautet: Der Mann kauft (die Frau), die Frau verkauft (sich). Das in der westlichen Welt geläufige Bild der unabhängigen, selbstbewußten, berufstätigen Frau, die im Mann *keinen* Versorger sucht, sondern andere, vielschichtigere Qualitäten, scheint dieser Behauptung zu widersprechen. Dem ist jedoch entgegenzuhalten, daß

1. die oben geschilderte Frau nur einem minimalen Prozentsatz der weiblichen Bevölkerung entspricht (noch!);
2. die Rede vom »kaufen« und vom »besseren Angebot« (die sich nicht nur auf das Materielle erstrecken muß, sondern auch auf Ansehen, gesellschaftliche Beziehungen etc. gemünzt ist) in den meisten Fällen ihre Richtigkeit hat, da jedes andere Verhalten einen Idealismus voraussetzt, der selten ist; und
3. ebenso der umgekehrte Fall gilt: Auch Frauen »kaufen« Männer. Unter »kaufen« ist generell nicht unbedingt nur eine finanzpolitische Entscheidung zu verstehen, sondern auch jede Verhaltensweise, mit der sich eine Person – über das rein Erotische hinausgehend – interessant machen will bzw. Interessantes sucht (»Was bringt mich weiter?«). Nebenbemerkung: Das Wort »heiraten« kommt von »heuren«, was »mieten«, »kaufen« bedeutet!

Zunächst aber ist es der Mann, der der Frau die Falle stellt. In seiner Unehrlichkeit betrügt er die Frau *und* sich selbst, deshalb trifft es ihn doppelt hart, wenn er von der Frau verlassen wird. Es ist offenbar ein Relikt aus ani-

malischer Zeit, dessen sich der Mann bei seinem Vorgehen bedient: Der stärkste Bulle bekommt die beste Kuh. Der moderne Mann ersetzt Kraft und Gewalt durch Kalkül, er stellt eine Belohnung in Aussicht, wenn Frau ihm zu willig ist. Das System ist so raffiniert ausgeklügelt, daß es schon besonderer weiblicher Willensstärke bedarf, um es schachmatt zu setzen, vor allem weil die materielle Sicherheit und das gesellschaftliche Ansehen, mit denen der Mann die Frau lockt, immer noch erstrebenswerte Größen darstellen. Verständlicherweise: Denn je unsicherer die Welt wird, um so mehr steigt das Bedürfnis nach einem sicheren Ort, an dem man von Umweltzerstörung und Overkill verschont wird. Die hier verborgene Paradoxie ist erstaunlich: Denn es sind hauptsächlich die Männer, die die Welt zu einem ungestaltlichen Planeten werden ließen und lassen. Eben diese Männer aber, die im Begriff sind, die Erde zu zerstören, bieten den Frauen vermeintliche Sicherheit vor der Zerstörung an, die diese dankbar und hingebungsvoll annehmen. Der Mann tritt zuerst als Zerstörer und dann als Retter auf. Und darin liegt die Falle, die er der Frau stellt. Ein Blick in die Historie des Menschen zeigt, weshalb es überhaupt dazu kommen konnte: In seinem Werk »Der Ursprung der Familie« schreibt *Friedrich Engels*: »Der Umsturz des Mutterrechts war die weltgeschichtliche Niederlage des weiblichen Geschlechts.« An diesem Punkt der Weltzeit setzt also jene Herrschaft des Mannes ein, die sich bis zum heutigen Tage als Weltherrschaft des Männlichen über das Weibliche ausgedehnt hat: Das Patriarchat ist geboren. Die klassen- und staatenlose Gemeinschaft der

Urzeit ist unwiederbringlich dahin. Es ist nicht vollständig geklärt, weshalb sich dieser die kommenden Tragödien der Menschheit heraufbeschwörende »Quantensprung« vollzog, die Haupttäter jedoch konnten ausfindig gemacht werden: In letzter Konsequenz waren es – zumindest für den Mittelmeerraum, das aber um so nachhaltiger – nach der arischen Invasion die frühen Griechen, deren spätere Ideen vom Staat und von der Philosophie, die das Wissen und die Weisheit, aber nicht das Leben liebt, die klassenlose Sippen-gesellschaft der Mütter sowie die Hirten- und Nomaden-gesellschaft auflöste. Die *Ursprünge* des Patriarchats liegen aber viel weiter zurück. *Ernest Borneman* führt dazu an: »Der Durchbruch vom Hackbau zur Pflugkultur, der in der Mittleren Neusteinzeit stattfand, erzeugte nicht nur einen ökonomischen, sondern auch einen sozialen und sexuellen Umschwung. Da er das Werk von Männern war, markiert er in vielen Regionen die ersten Anfänge des Patriarchats. Und da der Pflug nicht nur effizienter war als die Hacke, sondern auch durch seine Zugtiere die Entdeckung der animalischen Felddüngung mit sich brachte, überzeugte er auch viele Frauen von der vermeintlichen Überlegenheit des Mannes... Die Machtergreifung der Pflugbauern – von manchen Vorgeschichtsforschern als ›Urputsch‹ bezeichnet, von anderen ›neolithische Revolution‹ genannt – benutzte also die Hebelwirkung eines gewaltigen ökonomischen Fortschritts, um neue soziale und sexuelle Rechte anzumelden. Nur deshalb fand sie auch bei den Müttern, Schwestern, Ehefrauen und Töchtern der Pflugbauern Anklang. Die ersten Patriarchen müssen damals zu ih-