# Glücklich nach der Krise




**EIN SEITENSPRUNG BEDEUTET OFT DAS AUS FÜR DIE LIEBE. MANCHMAL BIETET ER ABER AUCH DIE GELEGENHEIT, SICH SELBST UND DEN ANDEREN GANZ NEU ZU ENTDECKEN. EIN PAAR, DAS EIN HAPPY END NACH DEM DRAMA ERLEBT HAT, FÜHLT SICH HEUTE VERBUNDENER ALS JE ZUVOR. HIER BLICKEN BEIDE ZURÜCK.** Protokolle von Elisabeth Hussendörfer

**DENNIS, 37**, Kunsthistoriker:

**„Ich sehe das Bild noch deutlich** vor mir: Wir radeln die Küste Rügens entlang, als von Sara auf einmal dieser merkwürdige Satz kommt: „Es wird da eine andere Frau geben." Obwohl ich zu diesem Zeitpunkt keinesfalls darüber nachdachte, eine Affäre zu beginnen. An meine genaue Reaktion kann ich mich nicht erinnern. Erstaunen mit Sicherheit. Vermutlich habe ich das Thema runtergespielt. Vermutlich gab es bei mir aber bereits damals ein diffuses Wissen, dass etwas Wahres dran war an dem, >

**SARA, 33**, Musikerin:

**„Dennis reitet immer auf diesem Satz rum.** Als ich gemeint hätte, es würde da noch eine andere Frau geben. Okay, ich hab das mal gesagt. Aber es war weniger so etwas wie Weitsicht oder Vorhersehung, wie er es gern hinstellt. Eher eine Provokation. Weil ich natürlich hören wollte: Da passiert schon nichts, mach dir keine Sorgen.

**Formulieren wir's mal so:** Dennis ist ein Frauen-Typ. Vielleicht auch, weil er ganz anders ist als die meisten Männer. Er, der gern über Gefühle spricht. Der aber nicht >

FOTOS: GETTY IMAGES

**DENNIS, 37,** Kunsthistoriker:

> was Sara sagte. Seitensprünge passieren nicht einfach so. Man muss bereit sein dazu. Was natürlich nicht heißt, dass einem diese Bereitschaft auch bewusst ist.

**Kurz nach unserem Urlaub** zog ich für ein Gastsemester als Dozent für Kunstgeschichte in die Schweiz. In einem Michelangelo-Seminar diskutierten wir zunächst noch in der Gruppe. Später entwickelte sich eine Art Zwiegespräch zwischen diesem Mädchen im flippigen, tief ausgeschnittenen Kleid und mir. Als hätten wir die anderen ausgeblendet. Was ich aber erst bemerkte, als einige Studenten anfingen zu tuscheln. Wird sie es sein? fragte ich mich, als ich den Seminarraum verließ und an Saras Prophezeiung denken musste.

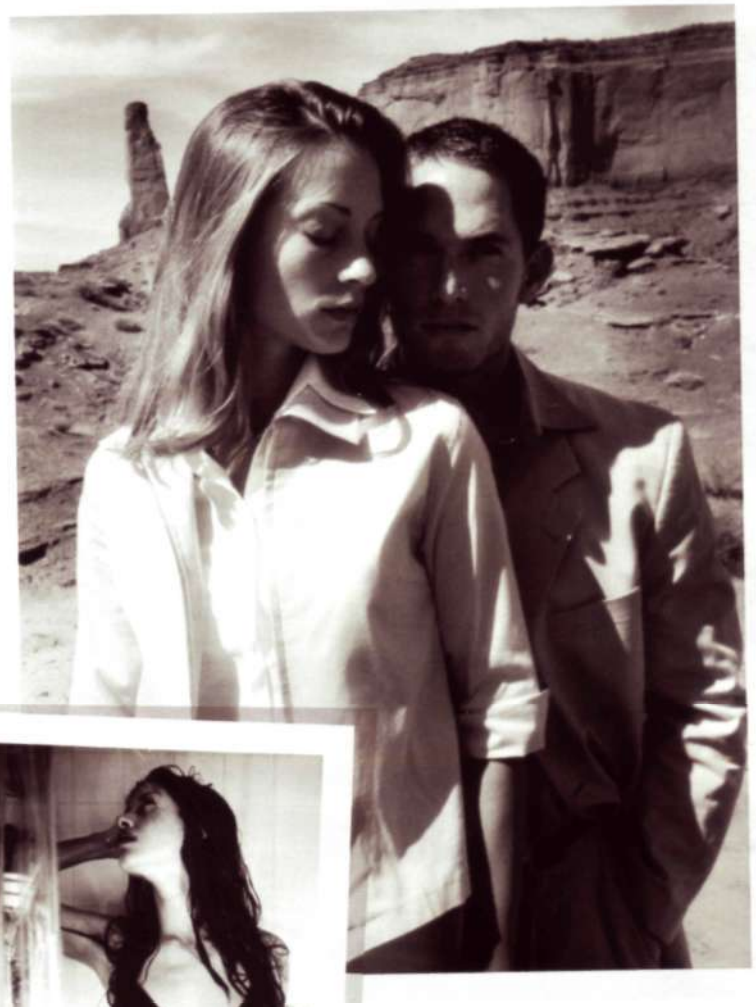
**Frauen haben feinere Antennen.** Ich hingegen sehe erst heute, was Sara damals schon ahnte: Das sich anbahnende Abenteuer sollte mich von einem inneren Konflikt ablenken, den ich nicht erkannte. Sara, die ich auf Partys längst als ‚meine Frau' vorstellte und mit der ich nach meinem Schweiz-Aufenthalt zusammenziehen wollte, fühlte sich mit Anfang 30 reif für eine Familie. Dass sie abends meist lieber daheim blieb und Geld immer öfter in beständige Dinge wie teures Geschirr investierte, sprach in meinen Augen zumindest dafür. Und das machte mir Angst: War ich schon bereit für so ein Leben?

**Weshalb Anne damals** wie gerufen kam, hab ich einem Freund mal so erklärt: Sie verkörpert das Unkonventionelle. Findet nichts dabei, nackt auf dem Balkon eine zu rauchen. Sara würde so was nie bringen. Während Anne das Schrille, die Provokation sucht, fühlt sich Sara zum Fantasievollen, Poetischen hingezogen. Sie, mit der Sex so oft bei Kerzenschein und klassischer Musik stattfand. Sinnlich und leidenschaftlich, das schon. Aber ohne Überraschungen, ohne eine gewisse spontane Schamlosigkeit, die Spannung erzeugt.

**„Lust auf ein Glas Wein heute Abend?",** hörte ich mich Anne am Tag nach dem Seminar zuflüstern. Albern. Aber ich fühlte mich wie ferngesteuert. Natürlich blieb es nicht beim Wein. Und natürlich könnte ich erzählen, wie peinlich es war, am anderen Morgen als >

**SARA, 33,** Musikerin:

> soft, sondern sexy wirkt dabei. Weil seine Uni in der Nähe der Musikschule ist, an der ich unterrichte, haben wir uns zum Mittagessen immer mal wieder in der Mensa getroffen. Dabei sah ich, wie die Mädchen ihm nachschauten. Ist doch irgendwo verständlich, dass man Worst-case-Szenarien zeichnet, wenn der Liebste dann ankündigt,





bald ein knappes halbes Jahr woanders zu leben. Dass man sich gedanklich drauf vorbereiten will, was schlimmstenfalls passieren könnte.

**Tief drinnen gab es aber noch eine andere Stimme in mir.** Eine, die sagte: Sei nicht hysterisch! Ihr habt gerade erst übers Zusammenziehen gesprochen. Unter der Woche, wenn Dennis in der Schweiz war, malte ich mir aus, wie es wäre, nach der Durststrecke ganz eng mit ihm zusammenzusein. An den Wochenenden, wenn er zu Besuch kam, bemühte ich mich dann, den Ball in Sachen Zukunftsplanung flach zu halten. Aus der Befürchtung heraus, er könnte sonst Torschlusspanik bekommen? Wie auch immer, unserer Liebe schien das Loslassen gutzutun. >

## KEIN SEITENSPRUNG PASSIERT EINFACH SO - MAN MUSS BEREIT SEIN

**DENNIS, 37,** Kunsthistoriker:

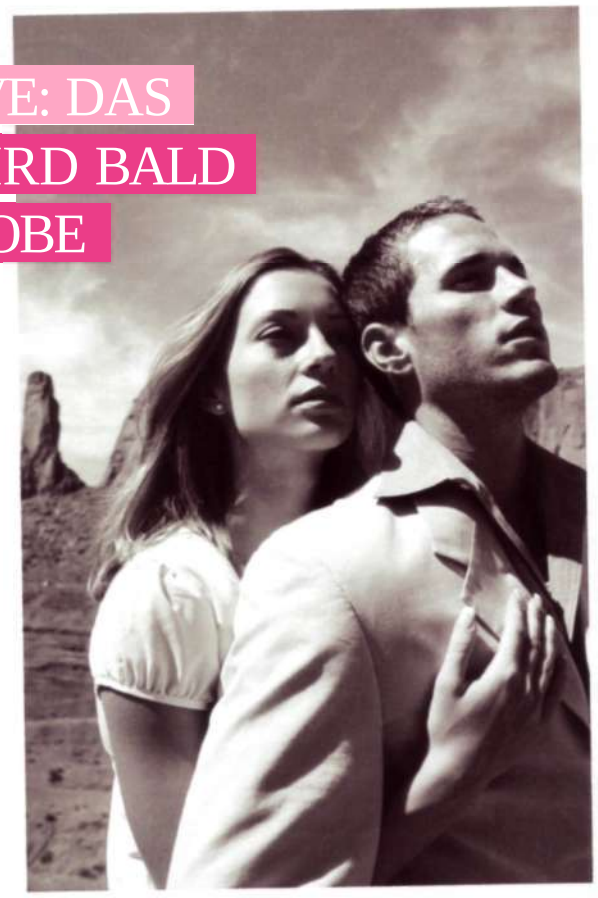
> Unidozent auf das Klo einer Studenten-WG zu schleichen. Wie ich trotzdem gleich in der nächsten Nacht mit Anne durch die Bars gezogen und wieder in ihrem Bett gelandet bin. Wozu aber Details? Die ja doch nur von meinem Dilemma ablenken: Vertrautheit kontra Abenteuer. ‚Du spinnst', meinte Anne, als ich versuchte, ihr den Zwiespalt zu erklären. Überhaupt schien das Thema Sara sie nicht groß zu interessieren. Bis mich am Wochenende im Zug nach Hause eine SMS von ihr aufrüttelte: ‚Mit meinem Freund ist Schluss!' Spätestens da begriff ich: Was zwischen uns passiert war, hatte also Konsequenzen.

**Sara habe ich lange nichts** gesagt. Nicht bei meiner Ankunft am Bahnhof, als es trotz allem so eigentümlich vertraut war zwischen uns. Und auch später nicht. Klar fühlte ich mich mies, wenn ich ihr mein Leben in der Fremde stets nur floskelhaft schilderte. Warum sie nie nachgehakt hat? Vielleicht weil der Sex sie beschwichtigte, ihr Eindruck, die räumliche Trennung brächte uns einander näher. Was auch stimmte. Denn tatsächlich genoss ich nach Tagen mit Anne die Zeit mit Sara besonders. Die erwachsenen Gespräche. Die warme Erotik, die Beständigkeit. Während das Zusammensein mit Anne zwar intensiv, aber immer auch flüchtig war. Und unberechenbar.

**Vier Monate lang führte ich ein Doppelleben.** Hab mit zwei Frauen gelach gelebt, geschlafen. Ein unerträglicher Zustand, von de n ich nicht verstehen kann, dass manche Männer ihn als geradezu paradiesisch beschreiben.

## LEIDEN INKLUSIVE: DAS HIN UND HER WIRD BALD ZUR ZERREISSPROBE

Weil man den sicheren Halt auf der einen, die unverbindliche Leidenschaft auf der anderen Seite habe. Ich konnte das Hin und Her nie wirklich genießen. Litt unter Herzschmerzen, war innerlich zerrissen. Versuchte, mir ein Leben ohne Sara, dann ohne Anne vorzustellen und fühlte mich jeweils, als würde ich einen Teil meiner selbst verleugnen. Bis Anne gegen Ende des Gastsemesters verkündete, sie hätte ein Praktikum an einem Museum in meiner Stadt klargemacht. Ganz schön dreist. Und doch eine Erlösung. Denn das zermürbende Dop- >



**SARA, 33,** Musikerin:

> Wo unsere Beziehung vorher irgendwie festgefahren wirkte, frühstückten wir jetzt im Bett, um uns hinterher zwischen zerwühlten Kissen ein weiteres Mal zu lieben. Freier, hemmungsloser als früher. Wenn ich mir vorstelle, was in all diesen Monaten wirklich gelaufen ist, wird mir schlecht. Er hat dich hintergangen, sagen manche. Und wundern sich, wie ich die ganze Zeit nichts von Dennis' Fremdgehen mitbekommen habe. Zugegeben, auch ich fand so was mal unvorstellbar. Habe immer gesagt: Betrogen werden, das merkt man doch!

**Heute weiß ich es besser.** Weil es eben noch etwas anderes gibt als detektivischen Spürsinn. Nämlich: gar nicht hinschauen zu wollen. Das Unbewusste ist da ein perfekter Blender. Denn natürlich hätte manches mich durchaus stutzig machen können. Unser erstes Wiedersehen am Bahnhof zum Beispiel. Als Dennis bei der Umarmung ungewohnt steif wirkte, wie ein Eisblock, der erst auftauen muss. Oder das Türklingeln an einem Wochenende in der Schweiz, wo er nach kurzem Wortwechsel ins Zimmer zurückkam und was vom Paketdienst murmelte. Dabei liefern auch die Schweizer sonntags keine Post aus.

**Man mag es naiv nennen,** dass ich trotz solcher Signale nie Verdacht geschöpft habe. Und aus allen Wolken gefallen bin, als Dennis mir kurz vor seiner endgültigen Rückkehr sagte, was Sache wäre. Ich hätte so wahnsinnig reif gewirkt in diesem Moment, hat er mal gemeint. Dabei war ich einfach nur viel zu geschockt, um meine Gefühle zu zeigen... Was habe ich falsch gemacht? Was hat die andere, was ich nicht habe? Fragen, die auch ich mir, wie wohl alle betrogenen Frauen, bis zum Umfallen gestellt habe.

**Bis der Moment kam, in dem ich kapierte:** Das Leben geht weiter, so oder so. Dass alle Möglichkeiten noch offen waren, ahnte ich, seitdem ich Dennis mal mit Anne in der Stadt gesehen hatte. Die beiden liefen Arm in Arm, und es war, als täte sie mir leid, diese Frau, die ich ja eigentlich verfluchen sollte. Doch ich spürte: Sie sind sich gar nicht wirklich nahe. Er benutzt sie nur. Für sich? Für uns? Wie gesagt: Es war nur eine Ah- >

**DENNIS, 37,** Kunsthistoriker:

> pelleben nach Deutschland verlegen? Undenkbar! Anne als reine Affäre abtun ebenso. Die einzig mögliche Konsequenz hieß also: Endlich Klartext mit Sara reden.

**Sie fragte nicht nach Einzelheiten.** .Reisende soll man nicht aufhalten', sagte sie. Tief traurig und trotzdem ohne Vorwurf. Als hätte sie längst akzeptiert, dass die Dinge dann passieren, wenn sie passieren sollen. Und sie behielt recht. Denn in den drei Monaten, in denen Anne und ich ‚offiziell' ein Paar waren, zeigte sich das Schicksal parteiisch. Saras und meine Wege kreuzten sich ständig, obwohl wir einen Kontaktstopp vereinbart hatten. Ich litt. Bis ein Freund sagte: .Gesteh dir endlich ein, dass du beide liebst!' Der Satz war eine Offenbarung. Denn er brachte die Einsicht, dass kein Herz der Welt doppelte Sehnsucht auf Dauer aushält. Es war furchtbar, Anne völlig verheult in die Schweiz zurückfahren zu sehen, und Sara bei der nächsten zufälligen Begegnung zu signalisieren: Mit Anne ist es aus. Aber das bedeutet trotzdem kein Happy End für uns.

## HERZ IN DER WARTESCHLEIFE: VERSÖHNEN BRAUCHT SEINE ZEIT



**Die Klarheit kam Monate später,** im Kino. Die Bilder waren dramatisch: Ein Schiff sank, Menschen riefen ertrinkend nach ihren Lieben. Auf einmal fühlte ich mich wie einer von ihnen. Und es war Sara, nach der ich rief. Noch am selben Abend hab ich bei ihr geklingelt. Wir hatten Sex, ganz spontan, auf der Waschmaschine. Ich spürte: Sie hatte auf mich gewartet. Doch es war kein forderndes Warten gewesen. Sondern eines, das mich freigelassen hat. Viele Freunde waren skeptisch, ob es gut gehen würde. Doch uns ist es gelungen, von vorn anzufangen, statt Abgekühltes wieder aufzuwärmen. Sara erlebe ich heute als vielschichtiger, spontaner, mutiger. Nach unserem Neustart jedenfalls hat sie mich mehrfach auf einsamen Waldwiesen verführt. Und die Kerzen zu Hause gelassen.

**Wir haben geheiratet,** wohnen mit unseren zwei Kindern in einem Haus am Stadtrand, in dem viel gelacht und musiziert wird. Ein besseres Leben kann ich mir nicht vorstellen! Wobei das nicht per Knopfdruck kam. Wir führten wegen Anne noch viele schmerzhafte Gespräche. Bei denen aber klar wurde: Ohne sie hätten wir uns irgendwann vielleicht für immer getrennt. Und die Affäre war das kleinere Übel. Skurril. Aber wahr."

**SARA, 33,** Musikerin:

> nung. Die dazu führte, dass meine Verbundenheit mit Dennis - trotz allem - tief drinnen nie abriss. Während ich äußerlich ein neues, unabhängiges Leben anfing.

**Es gibt Frauen, die schneiden sich nach Trennungen die Haare ab.** Ich dagegen besuchte Vernissagen und Vorträge, genoss es, bei Sekt und Häppchen zu flirten. Als ich meinen Freundinnen von Fred erzählte, war allgemeine Erleichterung zu spüren. Er war anders als Dennis, nicht so vergeistigt. Dabei hing mein Herz, während das Leben vordergründig mit Fred seinen Lauf nahm, die ganze Zeit in der Warteschleife. Ich konnte in Dennis nicht den Fiesen sehen, als den die anderen ihn hinstellten. Sondern eher den Verwirrten, Suchenden. Damals begriff ich, dass das Leben intuitiv und nicht nach einer Strategie gelebt werden will. So gesehen passt es auch, dass unsere Versöhnung nicht über lange Besserungsgelöbnisse lief. Sondern über Sex auf der Waschmaschine.

**Irgendwie verrückt.** Aber erst seit der Affäre fühle ich mich wie die Nummer eins in Dennis' Leben. Und kann die Sache mit Anne im Nachhinein in einem erstaunlich milden Licht sehen."

## IST UNSERE LIEBE NOCH ZU RETTEN?

Wir fragten Paartherapeut Dr. Hans Jellouschek („Warum hast du mir das angetan? Untreue als Chance", Piper, 8,95 Euro), wie der Neustart gelingt.

**Kann eine Affäre wirklich als Chance für eine Beziehung gesehen werden?**
Eine Affäre ist für eine Beziehung dann keine Chance, wenn sie geheim gehalten bleibt. Oder wenn der „Betrogene" eine sofortige Beendigung verlangt und ansonsten mit Trennung droht. Sie kann aber eine Chance werden, wenn beide Partner sich durch sie veranlasst sehen, sich mit ihrer Beziehung ernsthaft auseinanderzusetzen.
**Muss eine Zweitbeziehung unter Umständen sogar eine gewisse Zeit lang geduldet werden? Das hört sich ausgesprochen schwierig an...**
Ja, das ist sehr schwierig, aber eine Außenbeziehung stellt eine tiefgreifende Krise für die Partnerschaft dar. Man muss sich Zeit nehmen, und zu diesem „Zeitnehmen" gehört unter Umständen auch, dass die Außenbeziehung erst mal weiterläuft, bis eine eindeutige Entscheidung getroffen werden kann.
**Was raten Sie Betroffenen, die an ihrer Liebe arbeiten wollen?**
Sich zwei Fragen zu stellen. Erstens: Sind in unserer Beziehung wichtige Dinge wie Zärtlichkeit, eine befriedigende Sexualität, aufrichtige Gespräche verlorengegangen? Oder haben sie vielleicht sogar nie wirklich existiert, sodass es den anderen geradezu in die Affäre hineingezogen hat - weil er eben hier seine Sehnsüchte stillen konnte? Und die zweite Frage: Bin ich, bist du bereit, an der Belebung oder Wiederbelebung unserer Beziehung zu arbeiten?
Paare, die das schaffen, können sich tatsächlich (wieder) sehr nahe kommen. Ohne dass ihre Liebe von Vorwürfen oder Schuldgefühlen überschattet bleiben muss. Oder von der ständigen Angst, so etwas könnte wieder passieren. Denn durch den neuen Umgang miteinander ist ein Kompensieren des in der Beziehung nicht gelebten oLebens hinfällig geworden.