



NEON Magazin-Text [Liebe] Ausgabe [Oktober 2008]

## Hast du ein Geheimnis?

27.10.2008 12:00 Uhr

In einer Beziehung sollte es keine GEHEIMNISSE geben, glauben die meisten von uns. Wissenschaftler sagen das Gegenteil: Liebe braucht Geheimnisse, um spannend zu bleiben. Die Frage ist nur: Welche?

von [adrian\\_renner](#)

### E

s gibt diesen Satz, den viele für romantisch halten. Er lautet: »Wir haben keine Geheimnisse voreinander.« 85 Prozent der Befragten einer Gewis-Studie finden, dass man einander in einer Beziehung alles erzählen sollte. Der Satz ist die Essenz einer Vorstellung von Liebe, die besagt: Wir kennen uns. Wir können uns alles sagen. Wir vertrauen uns. Wir gehören zusammen. Was der Satz auch sagt: Geheimnisse sind etwas Schlechtes.

Wer ein Geheimnis hat, verbirgt etwas, hat etwas Verbotenes, etwas Unmoralisches getan. Der betrügt seinen Partner. Mindestens in Gedanken. Es gibt auch eine Geschichte zu diesem Satz, es ist nicht so wichtig, wie sie anfängt, vielleicht haben zwei Menschen sich auf einer Party getroffen, vielleicht saßen sie in einer Vorlesung nebeneinander. Sie werden ein Paar, führen eine glückliche Beziehung und irgendwann ziehen sie zusammen. Dann kommt der Abend, an dem der Satz zum ersten Mal fällt. Die Nudeln sind von den Tellern gekratzt, eine alte Freundin von ihr sitzt mit am Küchentisch, leicht beschwipst, und erzählt, dass sie zufällig den Dings getroffen habe, der studiere jetzt hier. Den Oberstufenschönling, mit dem sie beide geknutscht haben, auf der Abfeier.

Dann bemerkt die alte Freundin auf einmal ihn, der sich interessiert vom Spülbecken zum Tisch gewendet hat, und flüstert schnell: »Aber das kann ich ja mal wann anders erzählen!« »Ach, wieso denn«, sagt sie da, »wir haben keine Geheimnisse voreinander«, dreht sich zu ihm und lacht. Doch schon im selben Moment ist ihr gar nicht mehr nach Lachen zumute, und sie erschrickt. Er auch. Jetzt ist es ausgesprochen und jetzt gilt es und jetzt lässt es sich nicht mehr rückgängig machen. Keine Geheimnisse. Auf einmal ist ein vager Gedanke, eine romantische Idee zum unumstößlichen Grundsatz ihrer Beziehung geworden.

Sie weiß, dass er sein erstes Mal mit Julia hatte, die dabei merkwürdig stöhnte. Dass sein Vater die Bäckerei am Ende der Straße betrieb, in der seine Nachbarn seit dem Weihnachtsfest 1993 nicht mehr einkauften. Dass er schon zwei Mal geträumt hat, Charlotte Roche würde ihm ihre Unterwäsche zuschicken. Dass seine Kollegin aus dem Nebenraum in ihn verknallt ist. Dass er seine DVDs nach Produzentennamen sortiert. Er weiß, was keiner weiß: dass sie mit 22 ihren ersten Freund hatte. Dass sie immer erst mittags aufs Klo gehen kann. Dass sie ihren Freunden verschweigt, dass ihr von Schokolade schlecht wird, weil sie in der Pubertät ein Gewichtsproblem hatte. Dass sie mit ihrer Mutter nur noch am Telefon spricht. Und so weiter und so fort. Jetzt ist dieser Satz gesagt. Und es ist, als wäre der andere ein Buch, das zu Ende gelesen ist.

Nur kurze Zeit später ertappt er sich dabei, wie er sagt, er habe sich nach der Uni noch mit Freunden getroffen, dabei wollte er einfach nur allein sein, spazieren gehen. Nach dieser kleinen Lüge fühlt er sich gut, freier. Und sie ertappt sich bei dem Gedanken, dass es mit ihm früher aufregender war, intensiver. Dass Gespräche noch wirkliche Gespräche waren und nicht Gespräche um des Redens willen. Sie verschweigt ihm jetzt häufiger Dinge, das Schweigen gefällt ihr, und ihm auch, denn plötzlich hat er wieder ein paar Fragen.

Der Soziologe Georg Simmel, der Wissenschaftler, der am meisten über Geheimnisse forschte, hat nicht ohne Grund gefordert, dass jeder Mensch ein »Recht auf Geheimnis« haben müsse. Besonders in Beziehungen. Denn, so schrieb Simmel, wenn man sich »absolut kenne« und »psychologisch ausgeschöpft« habe, folge schnell die Ernüchterung. Beziehungen, so Simmel weiter, »verfallen in reizlos-banale Gewöhnung, in eine Selbstverständlichkeit, die keinen Raum für Überraschungen mehr hat.« Und dann sei es eigentlich zwecklos, die Beziehung fortzusetzen. Natürlich, es gibt gute Geheimnisse und schlechte Geheimnisse, Geheimnisse, die einer Beziehung schaden können, und Geheimnisse, die eine Beziehung braucht, und irgendwo dazwischen liegt eine Grenze. An dieser Grenze werden Geheimnisse,

die einer Beziehung helfen können, zu Geheimnissen, die das Vertrauen des Partners missbrauchen.

Und es steckt noch mehr dahinter. Wie wir mit Geheimnissen umgehen, sagt viel darüber aus, wie wir uns unsere Beziehung vorstellen. Wie viel Nähe wir wollen. Wie viel Ehrlichkeit. Das radikalste Paar waren in dieser Hinsicht der Philosoph Jean-Paul Sartre und die Feministin Simone de Beauvoir. Als sie sich kennen lernen, beide Anfang zwanzig, legen sie fest: Wir werden uns nicht treu sein. Und wir werden uns alles erzählen, jeden Seitensprung. Sie halten sich jahrelang eine »petite famille«, eine kleine Familie aus Gespielinnen und Geliebten - und berichten sich davon mit fast schon hässlicher Ehrlichkeit. Beauvoir schreibt: »Ich habe mit ihm vor drei Tagen geschlafen - natürlich habe ich es ihm vorgeschlagen.« Sartre kontert wenig später: »Wir haben uns ohne ein Wort befummelt (...). Sie hat tropfenförmige Arschbacken, fest, aber unten schwerer, breiter als oben.«

Diese konsequente Offenheit zwischen zwei Liebenden geht weit über das hinaus, was die meisten Paare ertragen können - und wollen. Normalerweise liegt die Grenze zwischen guten und schlechten Geheimnissen eher zwischen dem harmlosen Flirt beim Feierabendbier mit einer Kollegin und der heimlichen Affäre, die dem Partner wochenlang verschwiegen wird. Aber: Wie viele Geheimnisse zwei Menschen haben, ist nicht nur eine Frage von Nähe und Distanz. Es ist vor allem eine Frage von Abhängigkeit und Unabhängigkeit. Geheimnisse vor dem Freund oder der Freundin bedeuten nicht automatisch, dass man sich nicht nahesteht. Man muss bloß unterscheiden zwischen dem, was für die Beziehung - und dem, was nur für einen selbst wichtig ist.

Wenn man das Geheimnis um die Geheimnisse in der Liebe lüften will, spricht man früher oder später mit Wolfgang Hantel-Quitmann, dem Paartherapeuten aus Hamburg. Hantel-Quitmann hat gerade ein Buch geschrieben, in dem es darum geht, dass Menschen in Beziehungen selten so ehrlich gegenüber ihrem Partner sind, wie sie denken. Das Buch heißt: »Die Masken der Paare«. Hantel-Quitmann schreibt, dass wir vor unserem Partner nicht immer wir selbst sind, dass wir uns mehr vor ihm verstellen, als wir zugeben wollen. Und dass das nichts Schlechtes ist. Für Hantel-Quitmann sind Geheimnisse in einer Beziehung so wichtig, weil sie Schutz bieten. »Es ist kein Wunder, dass Liebe und Hass so nah beieinander liegen.« sagt er. Und: »Liebe bietet das größtmögliche Verletzungspotenzial. Geheimnisse sind notwendig, um Intimität zu wahren - und Intimität braucht Schutz. Sie sind wie eine Schutzschicht, damit wir auch in der Nähe nicht verletzt werden.«

Man verabschiedet sich also von Hantel-Quitmann, hat gelernt, dass Geheimnisse dem Selbstschutz dienen, und hört wenig später von Frank Naumann. Naumann hat an der Humboldt-Universität gelehrt und arbeitet jetzt als Autor und Kommunikationspsychologe in Berlin. Er hat sich die Mühe gemacht zusammenzutragen, welche Geheimnisse wir dem Freund oder der Freundin nicht unbedingt verraten müssen. Für ihn sind das: Wünsche, die der andere nicht erfüllen kann. Probleme, bei denen der andere nicht helfen kann. Wenn uns Dinge beim anderen ärgern, wir aber wissen, dass er nicht über seinen Schatten springen kann. Erotische Träume von anderen. Wenn man die besten Freunde des anderen nicht ausstehen kann. Und wenn man manchmal flirtet, um sein Selbstwertgefühl zu stärken. Geheimnisse, so der Zwischenstand, dienen dem Selbstschutz und schützen den Partner. Das klingt sehr vernünftig, nach einer Gebrauchsanweisung für ein Zusammenleben ohne Konflikte. Aber es klingt nicht nach Liebe. Zumindest, wenn Liebe bedeutet, dass man keine Angst haben muss, vom anderen verletzt zu werden. Und dass man sich nicht verstellen muss, weil man doch geliebt wird, so wie man ist.

Wenn man einem Menschen ein Geheimnis verrät, kann das natürlich ein Risiko sein, aber es bleibt im Grunde: ein Liebesbeweis. Eine Beziehung kann demnach ohne den Austausch von Geheimnissen nicht funktionieren - denn Geheimnisse sind eine Investition in die Beziehung. Eine Vertrauensinvestition. Intimität entsteht nicht nur dadurch, dass zwei Menschen nackt im selben Bett liegen. Romantisch gesagt: Durch geteiltes Wissen entstehen unsichtbare Bänder, die zwei Menschen miteinander verbinden und die nur diese beiden Menschen sehen können. Nüchtern gesagt: Mit Geheimnissen wird in Beziehungen Handel betrieben. Ein Geschäft um Exklusivität. Wer mit einem Menschen ein Geheimnis teilt, grenzt ihn ab. Von der Masse der Menschen, die dieses Geheimnis nicht kennen.

Die Pädagogikprofessoren Bas Levering und Max van Manen haben eine Formel gefunden, die sehr nüchtern klingt und doch romantisch ist, sie lautet: »In Partnerschaften werden Geheimnisse zum Zahlungsmittel für Intimität und zur Währung ihrer Transaktion.« Nur: Wie bei jedem Handel muss am Ende die Bilanz stimmen. Ein Beispiel: Es gibt dieses Spiel, das zwei Menschen spielen, die sich noch nicht lange kennen, aber schon Sex haben und es ernst meinen miteinander. Es heißt »Erzählst du was, erzähle ich was«. Ein postkoitales Spiel, in dem nach körperlicher Nähe auch geistige entstehen soll. Regeln gibt es keine, auch kein Ziel. Aber es ist einer dieser Momente, in denen sich zeigt, ob zwei Menschen zusammenpassen. Ob aus Verliebtheit Liebe werden kann.

Sie fragt: Wolltest du eigentlich nur mit mir schlafen, als du mich auf dieser Party angesprochen hast? Er fragt: Warum bist du mitgekommen? Sie fragt: Würdest du wollen, dass ich abtreibe, wenn ich schwanger werde? Er fragt: Warum hat dein Exfreund mit dir Schluss gemacht? Sie fragt: Hattest du mit deiner Ex auch lieber morgens Sex? Er fragt: Wie viele Typen hattest du eigentlich bis jetzt? Sie fragt: Findest du, dass mein Arsch zu fett ist? Und dann lachen

beide, weil das Spiel zu ernst wurde und es auf diese Frage keine Antwort gibt. Die Idee des Spiels ist so einfach wie effektiv: Indem der neue Partner am bisherigen Leben teilhat, wird die neue Beziehung über alle bisherigen gestellt, die Vergangenheit des Einzelnen wird zur gemeinsamen Vergangenheit. Aufrichtigkeit als Liebesbeweis.

Das einzige Problem: Vielleicht ist einer der Beteiligten am Ende des Spiels beleidigt, verstört oder desillusioniert. Oder fragt sich: Musste er das jetzt wirklich alles wissen? Und leider ist bislang nicht überliefert, dass sich irgendetwas im Zuge dieses Rituals getraut hätte zu sagen: »Das geht nur mich etwas an, das verstehst du sicherlich.« Vielleicht wäre das auch zu viel verlangt, vielleicht greift hier die Idee von den Geheimnissen als Währung für Intimität. Am Anfang muss davon viel investiert werden, um Nähe herzustellen. Aber fortan steigt der Wert von Geheimnissen. Manche werden zur richtigen Zeit gelüftet, andere unfreiwillig entdeckt - aber wer gar keine Geheimnisse mehr hat, wer also pleite ist, wird diese Momente vermissen, in denen man sich immer wieder neu in seinen Partner verliebt - und die in ihrer Gesamtheit das Gefühl von Liebe ausmachen. Niklas Worgt, Musiker und Ehemann des Topmodels Eva Padberg hat das mal so gesagt: »Ich erzähle ihr Geschichten nur nach und nach. Ich muss doch was fürs Alter aufheben.« Padberg und Worgt sind seit zehn Jahren ein Paar.

Wieder taucht nun eine Wissenschaftlerin auf: Christiane Kraft Alsop, eine amerikanische Psychologin, hat einst eine viel beachtete Studie über Geheimnisse in Beziehungen erarbeitet. Kraft Alsop fragte Frauen und Männer, die seit mindestens einem Jahr zusammen waren, ob es Dinge gebe, die sie ihrem Partner verschwiegen, und ob sie glaubten, dass ihnen ihr Partner Dinge verschweige. Ihr Ergebnis: Gerade in den glücklichen Beziehungen wollten beide gar nicht alles voneinander wissen. Es war fast immer eine Schublade, eine Kiste, eine Schachtel, sagt Kraft Alsop, die jeder Partner für sich hatte und die für den anderen tabu war. Eine reale Kiste mit Liebesbriefen, Tagebüchern, Bildern, Fotos, Erinnerungsstücken irgendwo in einem Schrank, und diese Ecke in unserem Kopf mit den ganzen Erlebnissen, Erfahrungen und Erinnerungen, die damit verbunden sind. Es kann so vieles in dieser Kiste sein: ein Foto mit dem Exfreund, auf dem beide sehr glücklich aussehen. Kinokarten für den damaligen gemeinsamen Lieblingsfilm. Die Kette, die er ihr zum Einjährigen schenkte. Oder Dinge, die uns unangenehm sind oder peinlich oder die nicht hineinpassen in die Beziehung, in der wir gerade sind. Christiane Kraft Alsop fand heraus, dass bei den Paaren, die von sich behaupteten, sie führten eine glückliche Beziehung, diese Kiste gar nicht geheim war. Sondern dass der Partner meistens davon wusste, aber nie nach ihr gesucht oder sie geöffnet hatte. Sie gestanden dem anderen zu, dass er ihnen etwas verheimlicht. Die Psychologin bezeichnete das als ein »relatives Geheimnis« - ein Geheimnis, das wir nicht geheim halten. Wahrscheinlich ist das das Geheimnis der Geheimnisse: Sie müssen nicht alle gelüftet werden, aber man sollte nicht so tun, als gäbe es keine. Man gesteht dem Partner zu, Geheimnisse zu haben.

Dahinter steckt nichts anderes als das Recht auf Privatheit, ein Menschenrecht, das auch in Beziehungen gelten sollte, weil jeder Mensch auch einen Bereich hat, der nicht in die Beziehung gehört. Das mag am Anfang einer Beziehung besonders wichtig sein, aber es ist auch nach Jahren noch wichtig. Die amerikanische Studie zeigte: Selbst wenn die Paare schon sehr lange zusammen waren, gab es immer noch Geheimnisse. Aber was ist dann mit diesem Satz, den Paare so gerne aussprechen wollen? Wir haben keine Geheimnisse voneinander. Eine Floskel. Eine gefährliche, weil sie den Reiz einer Beziehung zerstören kann. Aber auch eine notwendige, weil die Liebe sonst um ein Ideal ärmer wäre. Und eine Floskel, die einfach schöner klingt als der Satz, der viel treffender wäre: »Ich weiß, dass du etwas weißt, das ich nicht weiß.«...