

DAS EWIGE THEMA LIEBE

Was wird nicht alles unter dem Begriff Liebe verstanden, strapaziert und verkauft! Liebe ist kein klar fassbares wissenschaftliches Thema und lässt sich nicht in eine allgemeingültige Definition pressen. Sie entzieht sich in der letzten Tiefe unserem Vorstellungs- und Ausdrucksvermögen. Und doch wissen wir, dass Liebe das wohl stärkste aller Gefühle ist, deren wir fähig sind. »Nichts fordert die persönliche Entwicklung im Erwachsenenalter so heraus wie eine konstruktive Liebesbeziehung, nichts aber lähmt und blockiert sie so wie eine destruktiv gewordene Liebesbeziehung«, fasst der Psychiater Jürg Willi in seinem Buch »Psychologie der Liebe« die Bedeutung von Liebe und Beziehung für den Erwachsenen zusammen.

Wie individuell die Definitionen von Liebe ausfallen, zeigen nachfolgende Antworten auf die Frage »Was heißt für Sie Liebe?« in meinem Fragebogen:

Alain: »Ein luxuriöser Zustand der Gefühle.«

Adrian: »Die Liebe ist für mich die Unendlichkeit.«

Bruce: »Das Gefühl, nur zusammen ein Ganzes zu sein.«

Beat: »Für mich ist Liebe vor allem ein Geheimnis. Sie hat derart viele Facetten, dass sie sich dem Be-Greifen entzieht.«

Bruno: »Liebe vermittelt Geborgenheit und Sicherheit, das Gefühl gebraucht zu werden und die andere Person ebenfalls zu brauchen.«

Richard: »Zuneigung, Vertrauen, Anziehung.«

Chris: »Die Liebe ist für mich eine existenzielle Triebfeder des Lebens. Ein Gradmesser meines Gefühlszustandes.«

Damian: »Vertrauen, Partnerschaft ohne Wenn und Aber.«

David: »Eine unsichtbare, verlässliche Bindung, auf die man sich immer abstützen kann.«

Dieter: »Eine Empfindung der Freude, noch mehr ein Verlangen nach dem speziellen Gefühl.«

Robert: »Gegenseitige Vertrautheit, den Partner kennen und verstehen, vom Partner erkannt und verstanden werden.«

Erich: »Das Beste für die Partnerin anzustreben, mit allen vernünftigerweise zur Verfügung stehenden Mitteln.«

Franz: »Seelenverwandtschaft.«

Anna: »Ein Gefühl, ein Verlangen, etwas, das Sie noch fester mit einer Person verbindet als mit allen anderen.«

Alice: »Für mich heißt zu lieben, einer Person alles zu geben: das Vertrauen, die Wärme, Sicherheit, und alles auch zurück zu erhalten, ohne dass man darüber reden muss.«

Alexandra: »Sich bedingungslos zu vertrauen und ohne den anderen nur halb soviel wert zu sein.«

Andrea: »Vertrauen, Geborgenheit, Verstandesein, über das Gleiche lachen können.«

Antonia: »Absolutes Vertrauen, Respekt, Hingabe.«

Beatrice: »Vertrauen, Zuneigung, Glück, Unterstützung.«

Barbara: »Respekt, Geborgenheit, Vertrauen.«

Brigitte: »Nähe, Zärtlichkeit, tiefe Freundschaft, Verbundenheit.«

Chantal: »Zentrale menschliche Werte wie tiefe emotionale Zuneigung, tiefe Verbundenheit, Vertrauen und Vertrautheit, Verlässlichkeit, Treue ...«

Esther: »Man nimmt einen Partner so, wie er ist.«

Erika: »Liebe bedeutet, füreinander da zu sein, besonders in schlechten Zeiten.«

Bemerkenswert ist für mich die Tatsache, dass von allen Antwortenden auf die Frage »Glauben Sie an die Liebe?« nur eine Person ein klares »Nein« niedergeschrieben hat... Ein Bekenntnis, das mich betroffen macht, weil es resigniert und verbittert daherkommt.

Ich war noch nicht ganz 30-jährig, als ich das Buch von Erich Fromm »Die Kunst des Liebens« zum ersten Mal las. Das 1956 erschienene Buch spannt einen weiten Bogen, eröffnet mit der Frage »Ist Lieben eine Kunst?«, behandelt die Theorie der Liebe (Liebe als Antwort auf das Problem der menschlichen Existenz) und differenziert zwischen Nächstenliebe, mütterlicher Liebe, erotischer Liebe, Selbstliebe und der Liebe zu Gott. Schon 1956 (!) widmete er ein Kapitel dem Thema »Die Liebe und ihr Verfall in der heutigen westlichen Gesellschaft« und schließt mit »Die Praxis der Liebe«. Auch wenn mir damals die Erfahrung und die Reife fehlten, um es wirklich verstehen zu

können: Das Buch hat in mir einige Saiten zum Klingen gebracht. Ich habe begonnen, mich mit der Frage auseinanderzusetzen, wieso denn Liebe eine Kunst sein soll. Und auch wenn ich es mangels tieferem Verständnis noch nicht umsetzen konnte: Mir wurde in Anlehnung an meine sportlichen Aktivitäten klar, dass, was als Kunst bezeichnet wird, nur das Ergebnis eines regelmässigen, intensivsten Trainings sein kann. Kunst ist – egal ob in der Malerei, in der Musik oder in anderen Bereichen – eine aktiv ausgeübte Tätigkeit auf höchstem Niveau, die mit einer passiven, abwartenden Grundhaltung nichts zu tun hat. So schreibt Erich Fromm in seinem Vorwort: »Ich möchte den Leser davon überzeugen, dass alle seine Versuche zu lieben fehlschlagen müssen, sofern er nicht aktiv versucht, seine ganze Persönlichkeit zu entwickeln, und es ihm so gelingt, produktiv zu werden; ich möchte zeigen, dass es in der Liebe zu einem anderen Menschen überhaupt keine Erfüllung ohne die Liebe zum Nächsten, ohne wahre Demut, ohne Mut, Glaube und Disziplin geben kann. In einer Kultur, in der diese Eigenschaften rar geworden sind, wird die Fähigkeit zu lieben nur selten voll entwickelt.« Vor über 50 Jahren geschrieben, haben diese Aussagen an Wahrheitsgehalt nichts eingebüßt, doch haben sich die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen eher noch verschärft. Selbst ausgesprochene Kopf-Menschen, die sich als rational denkend bezeichnen und weder an eine höhere Macht glauben noch irgendetwas mit Spiritualität am Hut haben, kommen in ihrem Leben an der Liebe nicht vorbei und finden sich manchmal unverhofft in der Lage, zu erleben, wie »etwas« geschieht, das einen über das eigene Ich hinaushebt, das den Zugang zu einer Ebene öffnet, die im Alltag weitgehend verschlossen bleibt.

Es gibt im Leben mehrere Möglichkeiten, mit dieser höheren Ebene (Gott, Schöpfung) in Berührung zu kommen. Drei markante, für die meisten von uns erfahrbare sind:

- a) Wenn Leben entsteht (Geburt). Jeder Frau, die ein Kind zur Welt gebracht hat, jeder Mann, der bei der Geburt seiner Kinder dabei war, wird sich an diesen Augenblick zurückerinnern.
- b) Durch die Liebe. Ganz speziell erfahrbar ist dieser Zugang zu einer höheren Ebene zum Beispiel bei der körperlichen Vereinigung mit

dem geliebten Menschen: Wenn durch die Sexualität in ganz gewissen Sternstunden eine Verschmelzung der Körper und Seelen stattfindet, die erahnen lässt, dass wir über den Körper hinaus mit jemandem verschmelzen können, dadurch die Polarität (Ich–Du) überwinden und für einen kurzen Moment ein Drittes, Höheres erleben.

c) Wenn Leben vergeht (Sterben). Mir bleibt der Moment unvergesslich, als meine Schwester im Sterben lag und ich sie mit meinem damals halbjährigen Sohn auf dem Arm im Spital besuchte. Das eine Leben ging, das andere Leben war gerade daran, Fuss in der Welt zu fassen – als sich die beiden in die Augen schauten und den Blick lange, sehr lange Zeit stumm aufrecht hielten. Ich habe damals ein Gefühl davon bekommen, wie beide Zugang zu einer Ebene hatten, die den uns in der Mitte des Lebens stehenden Erwachsenen abhanden gekommen ist.

Wer über die Liebe nachdenkt, muss sich über einen subtilen Unterschied klar sein, der oft unterschwellig vergessen geht: Sprechen wir von Liebe oder von positiver Zuwendung als Belohnung? Früher unterschied man selbst in Psychologenkreisen zwischen der Mutter- und der Vaterliebe. Die Mutterliebe galt als allzeit gegeben, musste durch nichts verdient werden und konnte auch nicht verloren werden. Die Vaterliebe hingegen musste verdient werden, man lief als unartiges Kind sogar Gefahr, sie zu verlieren. Ich selber hatte einen Vater, der zeitlebens nie mit mir sprach, und ich habe versucht, über Leistung mindestens seine Aufmerksamkeit zu erlangen – was aber nur ansatzweise gelang. Ob er mich geliebt hat, hat er nie gezeigt oder nicht zeigen können. Heute, 17 Jahre nach seinem Tod und nach intensiver Auseinandersetzung mit diesem Thema, bin ich sicher, dass er auf seine Weise Gefühle für mich empfand, aber diese nicht zeigen und leben konnte. Franz Kafka hat in seinen »Briefen an den Vater« dieses Thema eindrücklich literarisch umgesetzt.

Die veralteten Ansichten bezüglich allzeit präsenter Mutterliebe und zu verdienender Vaterliebe gehören aus meiner Sicht in den Müll-eimer. Denn es kann sich nicht um Liebe handeln, wenn man sie sich »verdienen« muss, sondern höchstens um Belohnung in Form von positiver Zuwendung, wenn die Erwartungen erfüllt werden – und

das hat mit Liebe gar nichts zu tun. Liebe ist oder ist nicht, sie kann weder verdient noch erzwungen werden, unabhängig von erfüllten oder nicht erfüllten Erwartungen. Das gilt für Mütter und Väter ebenso wie für Liebespartner.

JEDER SUCHT ...

Ich habe letzthin ein Buch gelesen, in dem der Autor so weit geht, dass er auf insgesamt 190 Seiten behauptet, es gebe eigentlich gar nichts anderes als die Liebe in allen möglichen Manifestationen, nicht einmal uns Menschen gebe es wirklich, wir seien nur Marionetten ohne eigenen Willen auf der Theaterbühne der Liebe. Die Frage sei gestattet, was solch absurd überrissene Darstellungen mit unserem Alltag zu tun haben und wie sie uns helfen sollen.

Zunehmend macht sich in unseren Breitengraden aber auch Skepsis breit, ob es denn die Liebe wirklich gibt. So schrieb Barbara im Fragebogen auf meine Frage »Glauben Sie an die Liebe?« ... »Ja und nein. Manchmal, aber nicht immer«. Und auf die Frage, ob Liebe in unserem Leben einen tieferen Sinn habe: »Ich denke, dass wir der Liebe einen tieferen Sinn zugeschrieben, angedichtet haben – und dass wir daher auch danach suchen – oft in viel zu stilisierter Form.« Ich gehe mit Barbara einig, dass die Form oft zu stilisiert ist, dass wir Liebe auf ein Plateau hieven und mit Erwartungen verknüpfen, die der Realität nicht standhalten. Doch ist das letztlich eine Frage der Form und der Erwartungshaltungen, und es wäre ein Trugschluss, daraus abzuleiten, die Liebe habe keinen tieferen Sinn oder wir würden ihr einen solchen nur andichten.

Eine gewisse Resignation macht sich vor allem bei Menschen über 40 breit. Esther beantwortete die Frage, ob sie an die Liebe glaube, mit: »Nur noch halb. Aber ab und zu gibt es sie noch.« Und Diego, seit über 20 Jahren verheiratet, schrieb kurz und bündig: »Nein«.

Eine schöne Antwort lieferte Beat: »Liebe ist eine persönlich erfahrbare Eigenschaft des Menschen. Es ist für mich also keine Frage des Glaubens, sondern der Erfahrung. Liebe ist.« Damit trifft er einen