

Liebe

- Annäherung an ein schwieriges Thema

Die Terrorakte am 11.09.2001 in den USA waren erschütternd, aber auch wachrüttelnd und wirkten sich - auch wirtschaftlich - verheerend aus. Der Ruf nach Vergeltung ist immer noch laut. Vor diesem Hintergrund wird das Thema "Liebe" besonders aktuell.

Im Namen der Liebe zu ihrem Gott haben die Terroristen die Anschläge begangen, in Namen der Liebe werden aber auch Ehen geschlossen und Kinder geboren. Im Namen der Liebe missionierten Weiße die angeblich unwissenden Schwarzen und im Namen der Liebe sang Romeo seiner Julia ein Lied. Wir lieben unsere Heimat und unsere Tiere, die Musik und andere Künste - wir können dies alles aber auch zerstörerisch einsetzen.

Die Bibel gilt für Viele als **Grundlage**: "Du sollst Deinen Nächsten lieben wie dich selbst" (Markus 12,31). Doch auch das wird schon zur Manipulation benutzt, wenn daraus die Forderung entsteht: "Du sollst Deinen Nächsten lieben..." (Markus 12,31). Wenn man sich selbst jedoch nicht lieben kann, wie kann man dann andere lieben. Diesem geforderten Altruismus, den eine Mutter Theresa lebte, steht der heute sehr verbreitete Narzissmus gegenüber. Dieser kann sich auch in einer narzißtischen Persönlichkeitsstörung zeigen, die von Großartigkeit, Überempfindlichkeit und einem mangelnden Einfühlungsvermögen gekennzeichnet ist (Wittchen, 1989).

Doch weder diese völlige Selbstlosigkeit noch diese maßlose Eigenverliebtheit sind Zeichen einer wahren Liebe.

Unsere Sprache kennt viele **Aussagen** zur Liebe. 'Liebe macht blind' will ausdrücken, dass der kritische und urteilende Verstand aussetzt, wenn jemand verliebt ist. Das kann dann auch zu Verletzungen führen, so dass man ein 'blutendes Herz' bekommt. Und manche 'Herz-Schmerz-Geschichten' können einem schon sehr 'ans Herz gehen'. Man muß allerdings sein 'Herz verlieren' bzw. öffnen, um wirklich lieben zu können. Denn "ohne Ihr ganzes Herz können Sie weder wahrhaft geben noch wahrhaft empfangen" (Spezzano, 2000, S. 9). Dann kann man auch erfahren, was ein Werbespruch der Deutschen Bahn sagt: "Liebe ist das Einzige, was wächst, wenn man es verschwendet".

Doch so verschwenderisch können Viele in unserer geizigen und gierigen Welt gar nicht mehr sein. Wir berechnen unsere Liebesgaben so wie wir die Gewinn- und Verlust-Rechnung unseres Unternehmens betreiben. Und das französische Sprichwort, welches besagt, dass die Liebe 'das Kind der Freiheit' sei, kann unseren besitzergreifenden Persönlichkeiten leider keinen Riegel verschieben.

Geprägt werden wir schon in der Kindheit durch die Vorbilder der sich mehr oder minder liebenden Erwachsenen. Diese äußern dann auch noch inhaltsgewichtige Aussagen wie "Ich liebe dich". Im Zuge dieses Gesagten werden dann Kinder manipuliert und mißbraucht und meinen schließlich, dass das Liebe sei. Sie werden zu Menschen, die dieses "Ich liebe dich" wie ein Lasso benutzen, um andere an sich zu binden ohne selbst bindungsfähig oder -willig zu sein. So wird diese Liebesaussage oft dazu benutzt, anderen Gefühle vorzugaukeln, die als

reine Liebe aber gar nicht vorhanden sind. Es sind dann eher Worthülsen, denen aber keine Taten folgen - und schon gar keine bedingungslose Liebe.

Ebenso geprägt werden wir von den Liebesdarstellungen in der Literatur, in der Musik und in den Filmen.

Schon die **Buchtitel** zeigen oft, was es mit der Liebe auf sich hat: Während der Bestseller von Robin Norwood "Wenn Frauen zu sehr lieben" heißt, meint Bernhard Wieck "Männer lassen lieben". "Die Kunst des Liebens" vom Philosophen und Psychoanalytiker Erich Fromm wird durch "Die neue Kunst des Liebens" vom spirituellen New-Age-Autor Mark Fisher erweitert. Schließlich meint wieder ein Mann "Du bist alles, was ich brauche" (Lancer, 1998) und zeigt auf, dass die Liebe oft aus einer abhängigen Bedürftigkeit heraus praktiziert wird, sogar wenn es um die Suche nach dem "wahren Seelenpartner" geht. Doch Antoine de Saint-Exupéry (1985, S. 52) bringt es auf einen bedeutsamen Nenner: "Es ist ganz einfach: man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar." Und Paulo Coelho läßt Fatima sagen: "Man liebt, weil man liebt. Dafür gibt es keinen Grund" (1996, S.129).

Auch die **Musik** verkauft sich gut mit dem Thema Liebe. Sting rät "If you love somebody set him free", die Beatles und die Backstreet Boys resümieren "Money can't buy me love" und Faith Evans stellt fest "Love don't live here anymore".

Dass die Liebe oft verlorengelht und Paare zerstörerische Hass-Lieben ausagieren zeigt sich in **Filmen** wie "Vom Winde verweht" und "Der Rosenkrieg". Manche bevorzugen es dann eher, in ihren Träumen einer vorgestellten Liebe nach zu schmachten wie es "Don Juan de Marco" tut. Doch es gibt auch philosophische und sinn-volle Aussagen in Filmen wie in "Ein unmoralisches Angebot": "Wenn du etwas wirklich liebst, laß' es gehen. Wenn es zu dir zurückkehrt, ist es für immer deins. Wenn es nicht zurückkommt, war es nicht für dich bestimmt."

Die **Wissenschaft** hat es nun doch erforscht, dass Paare, die im Sinne von 'gleich und gleich gesellt sich gern' zusammen sind, stabilere und länger anhaltende Partnerschaften haben als die, die sich nach dem Motto 'Gegensätze ziehen sich an' gefunden haben. Und es wurde auch belegt, dass die 'Liebe auf den ersten Blick' tatsächlich erfolgreich ist. Auch die traditionellen 'Anmachriten' sind trotz Emanzipationsbewegung immer noch die alten: Frauen signalisieren und die somit sichereren Männer werden dann aktiv.

Da tröstet mich dann doch meine eigene kleine, nicht empirische **Umfrage** unter Männern und Frauen, was Liebe für sie bedeutet: beide Gruppen verstehen darunter "Vertrauen", "Geborgenheit", "Zärtlichkeit" und ähnliche Aspekte.

Eine der befragten Frauen beschrieb ihre Erfahrungen so: "Mit der Liebe ist es, wie wenn man an einen Ort kommt und weiß, hier darf ich sein, hier bin ich geborgen." Eine andere hingegen äußerte: "Ich habe zu sehr gelitten, um mir das, was war, als Liebe vorgaukeln zu können."

Meine **persönlichen Erfahrungen** mit der partnerschaftlichen Liebe gehen dahin, dass ich nur solange den Partner lieben konnte, wie ich mir selbst treu sein konnte und wie es auch mein Partner zugelassen hat, dass ich mich leben kann. Das "Ich liebe Dich"-Lasso, welches binden und besitzen will oder ausgesprochen wird, weil man nicht fähig ist, alleine zu sein und deshalb den anderen nicht verlieren will, tötet mit der Zeit die wahre Liebe.

Aber es ist nicht einfach, **bedingungslos** zu **lieben**. Wir haben den anderen 'zum Fressen gern', töten aus Liebe und manchmal wird Liebe auch zum Wahn, was sich im 'Stalking' (Schumacher & von Pechstaedt, 2001) äußern kann. Mit scheinbar liebevoller Fürsorge, die vorgibt zu wissen, was für den anderen gut ist, lieben und manipulieren wir so, wie es uns guttut. Wir decken unser Gegenüber auch mit einem 'Liebesgesülze' ein statt die Liebe am Verhalten sichtbar zu machen. Alles das geschieht aus unseren Persönlichkeitsanteilen heraus.

Mit der Liebe ist es somit wie mit dem Tod: die Hinterbliebenen beweinen scheinbar den Verstorbenen, doch in Wahrheit betrauern sie sich selbst bzw. ihren eigenen Verlust. Ebenso geht es bei der Liebe meist um uns selbst. Damit ist dann unsere Liebe auch im Grunde genommen ein Abbild unserer Selbst. Je mehr wir jedoch mit unserem wahren inneren Selbst, dem eigentlichen Kern von uns, in Verbindung sind, desto reiner, aufrichtiger und vielleicht auch bedingungsloser wird unsere Liebe sein. Dazu ist allerdings auch viel Selbst-Reflektion, Bewußtheit, Präsenz, Selbsttreue und auch ein offenes Herz notwendig. Und dann kommt man zu dem, was ein Freund von mir ausdrückte: "Mann/Frau wird geliebt, wenn Mann/Frau aufrichtig liebt".

Es ist leicht, jemanden zu lieben, der uns '**am Herzen liegt**'. Aber bei unseren Widersachern und Feinden können wir erst richtig unsere Liebesfähigkeit erkennen. Diejenigen sollten wir besonders lieben - nicht, weil es in der Bibel steht, sondern weil diese Menschen unsere wahren Herausforderer und Lehrmeister sind. Sie aktivieren unsere Schattenseiten und halten uns somit einen Spiegel vor, wie es tatsächlich in uns aussieht. Und dann wird man vielleicht sogar erkennen, dass man sich gar nicht so sehr von den äußeren Terroristen unterscheidet. Solange der Terror noch in unserem Innern regiert, solange werden wir ihn auch noch im Außen kreieren.

Meine Hoffnung schließt sich dem Theologen und Philosophen Franz Alt an, der mit seinem Buchtitel ganz einfach behauptet: "**Liebe ist möglich**". Es liegt eben nur an uns, was wir daraus machen.

Auf der Grundlage dieser Reflektionen biete ich ein Seminar mit dem Titel "Die wahre Liebe finden" an. Es wird voraussichtlich in der vorlesungsfreien Zeit nach dem Wintersemester stattfinden.

Literaturangaben und -empfehlungen:

- Alt, F. (1985): Liebe ist möglich. München: Piper.
Coelho, P. (1996): Der Alchimist. Zürich: Diogenes.
De Saint-Exupéry, A. (1985): Der Kleine Prinz. Düsseldorf: Rauch.
Fisher, M. (1992): Die neue Kunst des Liebens. Bad Münstereifel: Edition Tramontane.
Fromm, E. (1980): Die Kunst des Liebens. Frankfurt/M, Berlin: Ullstein.
Hendricks, G. & Hendricks, K. (1992): Liebe macht stark. Von der Abhängigkeit zur engagierten Partnerschaft. München: Mosaik.
Kürzinger, J. (1965): Das Neue Testament. Aschaffenburg: Pattloch.
Lancer, B. (1998): Du bist alles, was ich brauche. Den wahren Seelenpartner finden. Freiburg: Bauer.
Lauster, P. (1985): Die Liebe. Psychologie eines Phänomens. Düsseldorf: Econ.
Leonard, L. (1987): Der Ring der Liebe. Selbstwerdung und Seelenhochzeit - Auf dem Weg zu erfüllter Beziehung. München: Kösel.

- Norwood, R. (1986): Wenn Frauen zu sehr lieben. Die heimliche Sucht, gebraucht zu werden. Hamburg: Rowohlt.
- Schumacher, S., & von Pechstaedt, V. (2001): Wenn Liebe zum Wahn wird ... Stalking. <http://www.liebeswahn.de>, 05.10.2001
- Spezzano, C. (1998): Wenn es verletzt, ist es keine Liebe. Petersberg: Via Nova.
- Spezzano, C. (2000): Der Weg zum idealen Partner - 30 Schritte zu einer erfüllten Partnerschaft. Petersberg: Via Nova.
- Spezzano, C. (2000): Von ganzem Herzen lieben. Die innerste Kraft des Lebens geben und empfangen. München: Econ Ullstein List.
- Wieck, W. (1987): Männer lassen lieben. Die Sucht nach der Frau. Stuttgart: Kreuz.
- Wittchen, H.-U. (1989): Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen DSM-III-R. Weinheim: Beltz.