

DAS DASEINSPHÄNOMEN DER LIEBE

DIE LIEBE ZWISCHEN MANN UND FRAU

Das Ansichtigwerden von Werten kann einen Menschen nur bereichern.
Also muss auch die Liebe den Liebenden auf jeden Fall bereichern.
Es gibtsomit keine „unglückliche Liebe“, kann keine geben;
„unglückliche Liebe“ ist ein Widerspruch in sich selbst.
(Emil Viktor Frankl, Die ärztliche Seelsorge, 2004, S. 42)

EIN BEITRAG VON
MAG. (FH) MAG. FRIEDRICH ZOTTL BA.PTH.



GEBEN UND NEHMEN

Die Ungenauigkeit unserer Sprache und das Denken in subjektiven Codierungen verführt zur sprachlichen Oberflächlichkeit. Wir verwenden Wörter, ohne die Definition der damit bezeichneten Begriffe zu hinterfragen. Bei häufig verwendeten Wörtern meinen wir, darüber informiert zu sein, was mit diesen gemeint ist.

Wissen wir es? Ist jenes, was wir glauben, mit einem Wort auszudrücken, deckungsgleich mit dem, was andere Menschen meinen, darunter zu verstehen? Ludwig Wittgenstein meint in diesem Zusammenhang, „dass wir miteinander reden, aber uns nicht verstehen“ und Paul Watzlawick führte dazu „das subjektive Konstrukt von der Wirklichkeit“ ein.

Ich sehe die Paartherapie oder Paarberatung als eine Hilfestellung, die versucht, disharmonisch gewordene Symbiosen zu harmonisieren. Es ist der Prozess des Aushandelns zum Stillstand gekommen, oder dieser Prozess hat nie begonnen. Das Geben und Nehmen in einer Partnerschaft ist ständig neu zu verhandeln, weil es die Grundlage einer funktionierenden Beziehung ist. Disharmonie schleicht sich ein, wenn nicht ständig ein Ausgleich angestrebt wird.

Das Aufspüren von noch ungestörten Austauschprozessen, die „Reparatur“ gestörter Interaktionen und bisweilen eine „Regression“ in die Zeit, als es noch „den Zauber der Liebe gab“, wird von Klient/innen einer Paartherapie als entlastend erlebt. Das Relativieren von unreflektierten

Klischees und sozialen Wunschträumen ist ein Anlass, Emotion freizusetzen. Es geht um den Wunsch, eigene Vorstellungen von Partnerschaft zu ermöglichen. Jeder möchte seinen Lebensentwurf verwirklichen. Wir sind dabei mitten in einem Prozess des Aushandelns. Je mehr Disharmonie gegeben ist, desto mehr Energie wird freigesetzt, um diese zu harmonisieren. Obwohl dies oft nicht so aussieht. Konsequenterweise sehe ich Untreue als Ergebnis disharmonischer Austauschprozesse an. Dabei ist es meistens schwierig, weil die Partner/innen die Sachebene verlassen und einander auf der personalen (emotionalen) Ebene verletzen. Dies hat mit archaischen Verhaltensmustern in uns zu tun und mit einer Programmierung, die dem Ideal einer lebenslangen Treue entgegensteht. Es ist das Tier in uns, welches unseren menschlichen Idealen oft nicht

folgen will. Häufig ist dabei nicht der Treuebruch das wirklich Schwierige, sondern die Erkenntnis, dass der Partner/die Partnerin die Bedürfnisse der/des anderen nicht erfüllen konnte. Dazu kommen noch Objektbeziehungsideen, die sich im Besitzdenken manifestieren. Die Reproduktion der eigenen Gene sicherzustellen, ist tief in uns angelegt. Differente Lebensentwürfe, Introjekte aus medialen Klischees und Familienkulturen prallen aneinander, ebenso wie die jeweiligen Konstrukte, wie eine Partnerschaft zwischen Mann und Frau auszusehen hat.

Oft sorgt schon die beiden getrennt gegebene Aufgabe, einen Lebensplan (in Form einer Lebenslinie) zu erstellen, für Erstaunen. Paare, die gemeinsam bereits mehrere Jahre verbracht haben, verstricken sich oft in schwierig aufzulösende Diskussionen. Werden die jeweiligen Lebenspläne nebeneinandergelegt, zeigen sich beträchtliche Differenzen. Der Lebensplan der Frau passt nicht zum Lebensplan des Mannes und umgekehrt. Kaum vorstellbar, aber die beiden haben nie eine gemeinsame Lebensplanung erstellt und müssen nachholen, was am Beginn der Beziehung versäumt wurde.

Es verwundert nicht, dass solche Beziehungen einen Beratungsbedarf haben. Interessant sind in diesem Zusammenhang die vielen „Bedingungen“, die für die Festlegung auf einen Lebensplan gestellt werden. Nicht der klare Wunsch: Ich möchte zwischen 31 und 33 Mutter werden,



DIE LIEBE LEBEN

sondern: Wenn du genug verdienst und einen sicheren Job hast und wir bereits am Land in einem Haus wohnen, dann möchte ich etwa im Alter von 31 bis 33 Jahren Mutter werden. Seine und ihre Bedingungen ergeben mitunter ein dichtes Netz, in dem sich alle Zukunftsträume verstricken.

Paartherapie oder Paarberatung ist nach meiner Meinung der Versuch, die Diskussion über einen fairen Ausgleich in einer gelebten Symbiose (wieder oder erstmals) aufleben zu lassen. Um dies „in Gang“ zu bringen, schlüpfte ich in die jeweiligen Partnerrollen und „verhandle“ Kompromisse. Dies ist am Anfang mühsam, weil sich „Beziehungsschulden“ ausgebildet haben, die abgetragen werden müssen. Jahrelange Frustrierungen durch unsymmetrische Beziehungsmuster verlangen nach Abgeltung, Strafe, Rache usw. Ein Neuanfang ist mit Altschulden nicht möglich. Diese Lasten zu entsorgen, ist die Kunst des Therapeuten/der Therapeutin, welche nur dann zum Ziel führt, wenn Mann und Frau gleichwertige Opfer anbieten.

In meinen Beratungen lege ich sehr viel Wert darauf, dass beide Personen wirklich den Wunsch haben nach einem gemeinsamen Lebensvollzug. Ich setze quasi voraus, dass es nur um das WIE der Alltagsgestaltung geht. Paare, die bloß zu mir kommen, um von mir feststellen zu lassen, ob sie sich

noch lieben, lehne ich ab. Welche Liebe ist mit dieser Fragestellung gemeint? Die Liebe – was ist das?

Selbstverständlich fließt meine eigene „Liebespraxis“ in meine Betrachtung ein. Die 36 Jahre des Zusammenlebens mit einer Partnerin haben Erfahrungen hinterlassen. Ich hatte ein Eigeninteresse, der Frage nachzugehen, was es so schwierig machte, „die Liebe“ zu leben.

Sicher glaube ich zu wissen, dass Liebe kein Konsumgut ist, welches mit dem Kampfruf „ich liebe dich“ erworben wird. Kulturelle Prägungen, soziale Differenzen, verschiedene Geschwindigkeiten der Reifung und Entwicklung der Partner sowie völlig unzeitgemäße Formen des „Miteinander Lebens“ geben Verbindungen ein hohes Trennungspotential. (Friedrich Zottl, Was heißt hier Liebe? in: gesund & in form, 02/2006, S. 7)

Dieser Artikel versucht, zwei Hypothesen argumentativ abzustützen:

Hypothese I: Der „Liebesbegriff“ ist ein Konglomerat von unreflektierten, subjektiv unterschiedlich verinnerlichten Gemeinplätzen und daher höchst ungenau.

Hypothese II: Liebe ist kein angelegtes Phänomen, sondern wird sozial erlernt, manifestiert sich daher in der Zeit veränderlich.

In der Liebe ereignet sich das Paradoxe, dass zwei Wesen eins werden und doch zwei bleiben.

Erich Fromm



WER WEISS, WAS „LIEBE“ IST?

Sammelbegriff für eine Vielzahl menschlicher Gefühlsbedingungen, denen rational nur unvollständig begründbare Wertbejahungen eines Subjektes oder Objektes zugrunde liegen und die als ein die eigenen Belange überschreitbares Hinstreben nach wirklicher oder ideeller Vereinigung mit dem Gegenstand erlebt werden.

Die Formen der Liebe unterscheiden sich vor allem nach Intensität (z. B. Sympathie, Zuneigung, Leidenschaft) und Gegenstand. Die personenbezogene Liebe besteht als Geschlechts-Liebe zwischen Partnern, die als wesentlichen Teil die Sexualität einschließt, als verwandtschaftliche Liebe (vor allem Eltern-Liebe, die für die Sozialisation entscheidende Mutter-Liebe, Kindes- oder Geschwister-Liebe) sowie als Liebe zum eigenen Volk oder zur Menschheit (soziale, humane Liebe, Nächsten-Liebe). (Brockhaus Kompaktausgabe, 18. Auflage, Band 13, 1983, S. 161)

Liebe (vom mittelhochdeutschen *liob* = gut) ist die Bezeichnung für die stärkste Zuneigung, die ein Mensch für einen anderen empfinden kann, ein Gefühl inniger und tiefer Verbundenheit mit dem Nächsten. Ausgehend von der biologisch angeborenen Fähigkeit zu intensiven positiven Gefühlen gegenüber einem anderen Menschen wurde der Begriff schon immer auch im übertragenen Sinne verwendet und steht dann allgemein für die stärkste Form der Hinwendung zu anderen Lebewesen oder Dingen. (de.wikipedia.org/wiki/Liebe vom 4. Juli 2007)

Erst die rechte, wahre Liebe dringt zur personalen Besonderheit eines Menschen vor und wird dessen unvergleichlichen Wesens gewahr. Sie erkennt sein Innerstes, sein Verborgenes und knospenhaft – sein Schönstes. (Emil Viktor Frankl, Die ärztliche Seelsorge, 1997, S. 35)

Der Liebende liebt nicht bloß etwas „am“ geliebten Menschen, sondern eben ihn selbst, also nicht etwas, was der geliebte Mensch „hat“, sondern eben das, was er „ist“. (ebd.)

Der Gebrauch des Wortes „Liebe“ umfasst ein großes, ungenaues Spektrum. Wir „lieben“ es nicht, mit dem Zug zu fahren oder überraschend besucht zu werden. Wir sprechen von Mutterliebe, Elternliebe, Nächstenliebe, Schwestern- oder Bruderliebe, Gottesliebe, Eigenliebe, wir lieben eine Landschaft, einen Berg, einen Baum etc., fordern Tierliebe ein und sind „verliebt“.

Kaum ein Begriff wird so häufig verwendet und steht für so viele Bedeutungen. Fragen Sie den „Mann von der Straße“, was für ihn „die Liebe“ sei, dann erfahren Sie Unterschiedliches. Zu inflationär wird das Wort verwendet. Man(n) liebt einen Apfelstrudel, Kinder, Venedig, die Mutter, den alten 2CV genauso wie seine eigenen schlechten Gewohnheiten oder die Frau, Freundin, das

Pferd, die Katze, ein bestimmtes Wetter, eine Jahreszeit, Musikrichtung oder gleich den Musiker selbst.



WAS TRANSPORTIERT DAS WORT „LIEBE“?

Liebe ist das Wort, welches als Synonym für „Zuwendung“ verwendet wird. Liebe ist Zuwendung plus Emotionalität. Der grundsätzliche Charakter der Liebe ist die Freiwilligkeit.

Die Sexualität hat heute vor der Liebe eine Dominanz erreicht, sodass die Trennlinie zwischen Liebe und Sexualität, aber auch die Bedeutung ihrer Gemeinsamkeit, nicht mehr gesehen werden.

Die Sexualität wird so wichtig genommen, dass sie oft mit der Liebe verwechselt wird und dass geglaubt wird, ein sexuelles Erlebnis sei die Voraussetzung für die Liebe. Die Grenzen sind oft verwischt, sodass der Einzelne nicht mehr weiß, ob er liebt oder nicht liebt. (Peter Lauster, Die Liebe: Psychologie eines Phänomens, 2001, S. 3f.)

„Liebe machen“ ist zu einem eindeutigen, sexuellen Begriff geworden. Die Liebe bedient sich der Sexualität des Ausdrucks wegen. Liebe ist auch ohne Sexualität möglich, Sexualität ohne Liebe vollziehbar. Eine Unterscheidung in verschiedene Begrifflichkeiten unterbleibt, selten wird dazu eine Sensitivität entwickelt. Unter „Liebe“ wird auf der personalen Ebene meist eine bestimmte „Qualität“ (die „große Liebe“) verstanden, welche schick-



salhaft über die „Betroffenen“ hereinbricht. Genau genommen geraten im Idealfall zwei Menschen mit ähnlichen Liebesfantasien und vergleichbarer Liebesbereitschaft aneinander. Wer liebt, ist treu, das ist ein zugeordnetes, idealisiertes Konstrukt. Weitere Gemeinplätze sind: Die Liebe hat eine Kraft, welche uns alle Barrieren überwinden lässt. Wenn „die Liebe da ist“, dann schweigt das Denken. Jeder Mensch braucht die Liebe, ohne Liebe können wir nicht leben.

Das Wesen der Liebe zu analysieren heißt festzustellen, dass sie heute nur mehr selten erlebt

wird; es heißt aber auch, die sozialen Bedingungen zu kritisieren, die dafür verantwortlich sind. (Peter Lauster, zit. Fromm, Die Liebe: Psychologie eines Phänomens, 2001, S. 15)

Ist Liebe ein in uns „angelegtes“ Programm, welches im Bedarfsfall aktiviert wird? Genügt es, darauf zu vertrauen?

Liebesfähigkeit weist auf psychische Gesundheit hin. Die Liebesfähigkeit ist das Vermögen, sich einem anderen Menschen vertrauensvoll zu öffnen. Die Liebe gibt uns die Chance, uns lebendig zu fühlen und glücklich zu werden. Eine

ZEIT FÜR SICH
MARGIT STÖRCHLE

ENERGETISCHE
KÖRPERARBEIT

HO'OPONOPONO LOMILOMISM
KLANGMASSAGE
AQUASONUS
NUAD TAO

WWW.ZEITFUERSICH.COM
OFFICE@ZEITFUERSICH.COM



WAS TRANSPORTIERT DAS WORT „LIEBE“?

wesentliche Voraussetzung für „die Liebe“ ist die Eigenliebe. Liebe benötigt einen Vertrauensvorschuss, um daran zu wachsen. Die Angst (Eifersucht) ist die „Zerrform“ der Liebe (das unverarbeitete Kindheitstrauma, „nicht gut genug zu sein“). Der Wille hat über die Liebe in uns selbst und in einem anderen Menschen keine Macht. Liebe ist das Akzeptieren der Individualität des anderen. Zu lieben können wir uns nicht willentlich vornehmen.

Im Internet finden sich zum Begriff „Liebe“ folgende Synonyme:

mögen, begehren, anbeten, bewundern, wollen, vergöttern, anhimmeln, schwärmen für, hängen an, schätzen, reizvoll finden, wohl gesonnen sein, Nähe suchen, mit jemandem schlafen, bumsen, jemanden bügeln, bürsten, vögeln, wollen, zusammen sein, verliebt sein, vergafft sein, verknallt sein, vernarrt sein, bezaubert sein, hörig sein, abhängig sein, Feuer gefangen haben, verfallen sein, geil sein (werden), zärtlich sein, scharf sein, gern haben, angenehm finden, haben wollen, gehören wollen, zusammen leben wollen, alles tun wollen für, immer bei jemandem sein, mit jemandem glücklich sein, jemanden glücklich machen, verrückt sein nach, Gefallen finden an, betört sein von, fasziniert sein von, anziehend finden, sympathisch finden, geschätzt sein, verehren, eingenommen sein von, für wertvoll halten, interessant finden, küssen wollen, streicheln wollen, um jemandes Wohl besorgt sein, jemanden wichtig nehmen, jemanden achten, jemandem Gutes tun, ohne jemanden nicht leben können, wichtig sein, jemanden verwöhnen, jemandes Ein und Alles sein u. a.



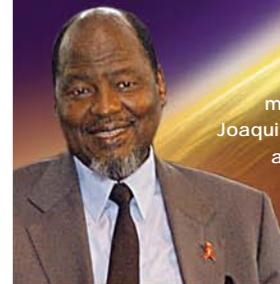
3. Kongress des Council of World Elders

28. und 29. September 2013

in Frankfurt/Bad Homburg

Schenkt den Kindern dieser Erde eine gesunde und friedliche Welt –
Alternative Ideen und Lösungen für die Zukunft

Mit Vorträgen von den Members und vielen neuen Gästen wie Joaquim Chissano, ehemaliger Präsident von Mosambik, dem Agrar-Rebell Sepp Holzer, dem Baumschamanen Don Pedro aus Peru, dem australischen Ureinwohner Bob Randall, Reza Maschajechi aus Persien und vielen mehr



mit Ex-Präsident
Joaquim Alberto Chissano
aus Mosambik



mit König
Togbui Céphas Bansah aus
Hohoe Gbi Traditional Ghana

Council of World Elders | Panoramaweg 27 | D-61194 Niddatal
Telefon/Fax: 0049-6187-290 553 - headoffice@council-of-world-elders.de



WER ODER WAS GIBT VOR, WAS DEM BEGRIFF „LIEBE“ ZUGEORDNET WIRD?

Dabei dürften sich einige psychische Faktoren, Triebsteuerungen und soziales Lernen „vergesellschaften“. Damit meine ich den Vorgang, medial verbreitete Klischees aufzunehmen und mit Vorerfahrungen und Triebimpulsen vermischt als „Liebesbegriff“ zu verinnerlichen.

Die Prägung durch die als Kind erlebten „Liebesbeziehungen“ wird in intakten Familien nicht immer als nachahmenswert erlebt. Die „Konkurrenz“ der künstlichen Welten ist weit prägender, wenn dem Konsum von Medien die familiären Interaktionen gegenübergestellt werden. Genau fünf Stunden und fünf Minuten pro Tag verbringt der Durchschnittsdeutsche mit Medienkonsum, wobei manche Medien gleichzeitig genutzt werden. Drei Stunden und 14 Minuten würden dabei aufs Fernsehen entfallen, schreibt Bernhard Baumgartner in der Presse. Die Macht der Medien erhöht sich, wenn dort etwas „erfahren“ wird, was im eigenen Erleben nicht vorkommt.

Die „heile Familienwelt“ wird heute in den Medien und während des Konsums von Medien vollzogen, wobei diese Angaben noch zu ergänzen sind um die indirekten Medien der Werbewirtschaft. Bilder und grafische Inszenierungen entwickeln eine messbare Beeinflussung, daher setzen viele Unternehmen auf die Wirkung von großen Plakaten oder auf die neuen interaktiven Bildflächen. Nicht die triste Welt der Realität wird transportiert, sondern die Produkte werden zu unverzichtbaren Bestandteilen eines harmonischen

Familienlebens („Wenn der Teekessel summt“) stilisiert. Kaum eine filmische Abhandlung, wo nicht eine Geschichte erzählt wird, in welcher „die Liebe“ als dramaturgische Stütze erhalten muss. Dazu kommt, dass unsere gesellschaftlichen Rahmenbedingungen für das Ideal der bürgerlichen Kleinfamilie konstruiert wurden und dadurch implizite Bedingungen schaffen, „aus denen es kein Entrinnen gibt“. Dies im Zusammenspiel mit Religionen, welche in den Grundschulen ebenfalls prägenden Charakter haben.

Nicht nur in billigen Hollywood-Filmen wird das Bild einer heilen, harmonischen „Happy End“-Welt vermittelt, in der das Glück dieser Erde in einer Familie zu finden ist. Dieses Storyboard wird ebenso von den Politiker/innen gepriesen, welche die intakte Familie zur „Keimzelle des Staates und der Demokratie“ hochstilisieren. Ein Lob, das die Institution Familie zu keiner Zeit verdient hat.

Der Mensch ist ein zutiefst soziales Wesen, als solches versucht er einer Gruppe anzugehören, doch gleichzeitig möchte er frei sein und unabhängig. Das immer brennende Gefühl des „Allein-in-das-Leben-geworfen-Seins“ motiviert zur Zweisamkeit. Die Sehnsucht, durch „Verschmelzung“ der immer gefühlten Einsamkeit zu entfliehen, wird in therapeutischen Gesprächen geäußert. Unser Fortpflanzungstrieb wird durch die ständige Reizüberflutung entweder gestört oder besonders gereizt. Beides können Gründe sein, eine temporäre Beziehung einzugehen.



WER ODER WAS GIBT VOR, WAS DEM BEGRIFF „LIEBE“ ZUGEORDNET WIRD?



Die neuen Medien verändern die Art und Weise, wie Beziehung gesucht wird. „Flirtforen“ im Internet boomen, ebenso wie „Seitensprungagenturen“, „Singlebörsen und „Date lines“. Allen gemeinsam ist eine relativ starke Zentrierung auf das Körperliche. Das Handy garantiert die ständige Erreichbarkeit und mittels der neuen Medien können auch schüchterne oder gehemmte Personen miteinander in Kontakt treten. Dazu kommt die Möglichkeit, eine „andere Identität“ anzunehmen, also sich quasi „inkognito“ in verschiedenen Varianten zu präsentieren und die „wahre Identität“ nur gezielt bekannt zu geben. Eine „softe“ Form dürften sachbezogene Internetforen sein, in denen „Identitäten“ aufeinander aufmerksam werden und einen „Chat“ beginnen.

Das Internet bietet für nahezu alle Beziehungswünsche Kontaktmöglichkeiten und Bildmaterial an, was sich aber weg vom Liebesbegriff und hin zur pervertierten Sexualität bewegt (Sodomie, Kinderpornografie, SM-Sexualität usw.). Kontaktforen und Internetsex werden von weiten Bevölkerungsgruppen genutzt und praktiziert. Der Markt der



Sexcams (Cam-Ladies, Livecam-Chat, Camcorder) boomt.

Interessant ist die sprachliche Nähe privater „User“ harmloser Internetbörsen mit dem verwendeten Vokabular des professionellen Angebotes im Internet der Sexualindustrie. Selbstverständlich werden verschiedene Ausprägungsformen der Sexualität (hetero- und homosexuell sowie „gemischt“ und Gruppen) angeboten, dies in einer Mischung von diversen „rassischen“ Verschiedenheiten (Afrikaner/innen, Asiat/innen, Latinos etc.). Ein virtueller Sexshop hat dasselbe Ordnungsprinzip wie ein Selbstbedienungsladen.

Auf „Knopfdruck“ wird im Internet Beziehung möglich. Vom rein „virtuellen“ Bildkontakt über schriftliche, sprachliche, sprachliche und bildhafte Interaktion (skype) bis zu mittels interaktiver Anleitung am Körper selbst vorzunehmende Interaktionen wird alles angeboten.

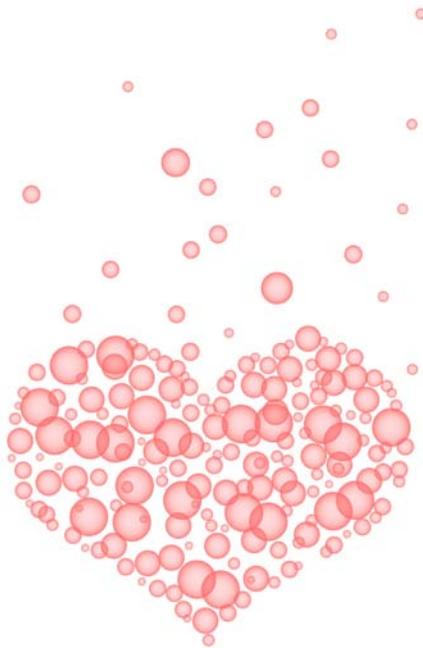


IST LIEBE EIN ANGEBORENES KÖRPERLICHES, SOZIALES ODER EIN „GEISTIGES“ PRODUKT?

Frankl nennt drei „Lieben“:

- die sexuelle Liebe (körperlich)
- die erotische Liebe (seelisch)
- die eigentliche Liebe (geistig)

Frankls Stufen unterscheiden sich von Platons ursprünglicher Dreiteilung „Eros, Philia und Agape“ nur unwesentlich. Die sexuelle Liebe ist die einfachste, animalischste Form: körperliche Anziehungskraft. Die erotische Liebe schließt das Seelische mit ein und beantwortet es gefühlsmäßig. Die eigentliche Liebe dringt bis zur Geistigkeit und Individualität (zum Kern) der anderen Person vor und erkennt sie in der Fülle des Seinsgehaltes.



Die eigentliche Liebe ist unvergänglich. Sie bedarf weder des sexuellen Vollzuges noch der gefühlsmäßigen Übereinstimmung, noch der Anwesenheit, noch der Lebendigkeit des Partners. Alle drei „Liebestufen“ sind auch im familiären Kontext möglich, diese entsprechen dann der „Zweckgemeinschaft, Dienstgemeinschaft und der Liebesgemeinschaft.“ (vgl. Elisabeth Lukas, Rat in ratloser Zeit, 1988, S. 64)

Sowohl für Viktor Frankl als auch für Alfred Adler erfüllt sich der Sinn des Individuums erst in der Gemeinschaft. Selbstfindung und Selbstentfaltung sind nicht Endziele, sondern Durchgangsstadien, die erst durch ein Über-sich-Hinausweisen sinnvoll werden.

Der Sinn menschlicher Person als Persönlichkeit weist über ihre Grenzen hinaus auf Gemeinschaft. (Elisabeth Lukas, zit. Frankl, Rat in ratloser Zeit, 1988, S. 64)

Diverse Tierversuche legen die Erkenntnis nahe, dass angeborene, körperliche Prozesse mitwirken, Reaktionen bei Paarbildungen zu produzieren. Einige der möglicherweise bedeutsamen Forschungsinformationen:

Der Puls des verpaarten Gänserichs stieg während der 30 Sekunden, in denen eine feindliche Familie in fünf Meter Entfernung sein brütendes Weibchen passierte, von 80 auf über 300 ... (Susanne

Strnadl, Wenn das Herz zu flattern beginnt, Der Standard, 10. Dezember 2005)

Treue wird von einem einzigen Gen entscheidend beeinflusst. Bei Wühlmäusen sorgt die Aktivität des so genannten Vasopressin-Rezeptor-Gens für eine Verwandlung von promiskuitiven Mäusemännern in getreue Gatten ... Bisher hatten Forscher angenommen, soziale Beziehungen würden ausschließlich durch das komplexe Zusammenspiel verschiedener Faktoren bestimmt. (Standard zit. Bild der Wissenschaft, 2006)

Liebe ist eine Sucht, körpereigene Opiode steuern das Sozialverhalten. (Jürgen Langenbach, im Feuilleton die Science Ausgabe 304, Die Presse, 2005)

Die Hälfte der Menschheit sei vom Hirnparasiten Toxoplasma gondii befallen. Die winzigen Einzeller haben sich in den Köpfen der Betroffenen eingenistet und verändern ihre Persönlichkeit. Sie können sogar für einige Unterschiede der Kulturkreise verantwortlich sein. Südländisches Machogehabe oder asiatische Zurückhaltung als Folge eines winzigen Parasiten im Gehirn? (Marcus Anhäuser zit. Proceedings of the Royal Society Band 273, Der Standard, 2006, S. 29)

Untersuchungen der Gehirnströme zufolge bewirkt Verliebtheit in den Bereichen des menschlichen Gehirns, welche für die Triebsteuerung



IST LIEBE EIN ANGEBORENES KÖRPERLICHES, SOZIALES ODER EIN „GEISTIGES“ PRODUKT?

zuständig sind, höchste Aktivitäten. Dies lässt darauf schließen, dass jenes als „Verliebtheit“ bezeichnet wird, das in seinem biochemischen Korrelat einen starken Zusammenhang mit dem biologischen Trieb aufweist. Verliebt sich ein Mensch, so sorgen verschiedene Botenstoffe für Euphorie (Dopamin), Aufregung (Adrenalin), rauschartige Glücksgefühle und tiefes Wohlbefinden (Endorphine und Cortisol) sowie erhöhte sexuelle Lust (Testosteron sinkt bei Männern und steigt bei Frauen). Auch Sexualduftstoffe (Pheromone) werden vermehrt abgegeben. Hingegen sinkt der Serotoninspiegel stark ab, wodurch der Zustand der Verliebtheit in diesem Punkt eine Ähnlichkeit mit vielen psychischen Krankheiten aufweist. Das trägt dazu bei, dass Verliebte sich zeitweise in einem Zustand der „Unzurechnungsfähigkeit“ befinden können und sich zu irrationalen Handlungen hinreißen lassen sowie Hemmschwellen abbauen. Nach einiger Zeit gewöhnt sich der Körper an diese „Eigenmedikation“ und ganz allmählich (laut WHO maximal nach 24 bis 36 Monaten) beendet das Gehirn diesen sensorischen Rauschzustand.

In Statistiken lässt sich diese Zeitangabe gut nachverfolgen, Scheidungen erreichen nach ca. 24 Ehe-monaten einen ersten Höhepunkt. Nach dieser Phase der Verliebtheit sollte eine andere Form der Verliebtheit entwickelt werden. Die Hormone Oxytocin bei der Frau und Vasopressin verstärken

Vertrautheit und Bindung. In weiterer Folge stellt der Körper die Produktion der berauschenden und beglückenden Botenstoffe und Hormone gänzlich ein. „Entzugserscheinungen“ können sich manifestieren, wenn eine freundschaftliche Beziehungsqualität zwischenzeitlich nicht angewachsen ist. (de.wikipedia.org/wiki/Liebe)



Die Einwirkungen der Umwelt wurden bereits erwähnt, ebenso die prägende Wirkung der primären Familie. Diese familiären Erfahrungen erweitern sich um die in der Peergruppe praktizierten Beziehungsmuster. Unsere Prägung beginnt pränatal durch den Hormonhaushalt der Mutter und das bei fortgeschrittener Schwangerschaft bereits ausgebildeten Gehör des Kindes.

Entwicklungsgeschichtlich dürfte die Liebe eine jüngere, speziell humane Fähigkeit sein. Das vertiefende Gefühl der Liebe ist aus evolutionsbiologischer Sicht möglicherweise im Zusammenhang mit der Brutpflege entstanden. Die Liebe ermöglicht es, die erfolgte Partner-Selektion und damit die Paarbeziehung über längere Zeiträume (2 bis 4 Jahre) zu stabilisieren, was für das Überleben von Mutter und Kind bedeutungsvoll ist. Das Kind reift nicht gänzlich im Mutterbauch aus und braucht Zeit, um nachzureifen. Die dauernde sexuelle Bereitschaft der Frau (einzigartig in der Natur) bietet sich als Tauschobjekt für Schutz und Versorgung mit Nahrung an.

Im Rahmen des Konzeptes der biologischen Determiniertheit entsteht Liebe zwingend aus bestimmten körperlichen Reizen. Diese Hypothese klammert die Annahme aus, dass Liebe eine soziale und lerntheoretisch erworbene und erwerbbar humane Fähigkeit sei. Das Liebesverständnis ist ein dezentrales. Es schweift vom inneren Kern des zu Liebenden ab und bezieht Äußerlichkeiten mit ein.



IST LIEBE EIN ANGEBORENES KÖRPERLICHES, SOZIALES ODER EIN „GEISTIGES“ PRODUKT?

Ältere in Menschen angelegte Verhaltensweisen und Triebe (Stammhirnsteuerung) überlagern bisweilen die im Menschen ebenfalls vorhandene Liebesfähigkeit und den Wunsch zu lieben. Für das einzelne Individuum ist es bisweilen schwierig zu spüren, ob etwas Liebe ist oder nur Sexualität, Macht, Aggression, Angst, genetischer Fortpflanzungswille etc.

Die Bindungstheorien (Mary Ainsworth und John Bowlby 1979 sowie die Arbeiten von Hazan und Shaver 1987) verweisen auf die prägende Bedeutung der Mutterbeziehung für die spätere Beziehungsfähigkeit (Liebesfähigkeit). Ähnliche Ergebnisse, aber in völlig anderem Kontext, erbrachten die Forschungen von Otto F. Kernberg, Melanie Klein und John Steiner. Die „Mutterleistung“ und eine vom Kind als stabil erlebte soziale Umwelt mit überschaubaren Kontaktpersonen ohne allzu häufige emotionale Brüche (für Mutter und Kind) gelten in der Forschung dieser Psychotherapeut/innen und Psycholog/innen als die Basis einer späteren Liebesfähigkeit.

Neben durch primäre Bezugspersonen „erworbenem“ Liebesverhalten wurden sozial geprägte Veranlagungen von Evolutionspsycholog/innen festgestellt. Frauen reagieren auf starke oder statushohe Beschützer-Typen, Männer auf junge, hübsche Frauen. Schönheit gilt bei beiden Geschlechtern als Indiz für „gesunde Gene“ (wobei die „Durchschnittlichkeit“ das Ideal ist).

Interessant wäre in diesem Zusammenhang zu wissen, was die Entscheidung für die Aufnahme einer Liebesbeziehung mehr beeinflusst: die oft diskutierten „ödipalen Projektionen“ (Freuds Lieblingstheorie) oder die archaischen Grundveranlagungen.

In der Soziologie wird Liebe weniger als Gefühl, denn als „gesellschaftliche Semantik“ bzw. „Code“ begriffen. So formuliert Niklas Luhmann romantische Liebe als ein Phänomen der Moderne, welches seine Grundlegung vor allem im Bürgertum des 18. Jahrhunderts erfährt. (Niklas Luhmann, *Liebe als Passion*, 1982, S. 16f.)

Liebe fungiert laut Luhmann in der heutigen funktional ausdifferenzierten Gesellschaft in erster Linie als „symbolisch generalisiertes Kommunikationsmedium, welches unwahrscheinliche Kommunikation wahrscheinlich macht.“ Liebe als Kommunikationsmedium motiviert, sich dem anderen verstehend zu nähern und ihn dadurch in seinem „Selbst-Sein“, seinem ganz persönlichen Weltbezug zu bestätigen.

Liebe ist die tiefe Wertschätzung des geliebten Objektes ohne äußeren Anlass oder Zwang.



Echte Liebe wird nicht auf freier Entscheidung fußend empfunden, sie ist nicht willentlich herstellbar oder abzustellen. Dem „Ausleben“ von Liebesgefühlen stehen, neben der eventuell gegenteiligen Empfindung oder Bereitschaft des Liebesobjektes (des „Triebzieles“ nach Freud), oft verletzend erlebte Vorerfahrungen gegenüber. Durch die komplexe Semantik des Begriffes sind „Liebesirrtümer“ vorprogrammiert. Menschen, welche „zusammenfinden“, sollten vorerst abklären, was sie voneinander wollen.



LIEBE ALS MORALISCHE BEGRIFFLICHKEIT

Mit dem Liebesbegriff ist oft eine besondere moralische Begrifflichkeit verbunden mit einem besonderen Wertanspruch. Etwas sittlich Tabuisiertes „aus Liebe“ zu tun, wird entschuldigt. (Liebe mache blind, sagt der Volksmund). Jemand verliebt „zu machen“ und dann auszunützen, gilt als besonders verwerflich. Trotzdem hat Liebe mit Moral nichts zu tun. Jegliche Liebe ist (auf der geistigen Ebene) möglich und verletzt keine Gesetze oder Tabus. Beim Ausdruck der Liebe gibt die Gesellschaft Regeln vor, welche zu beachten sind. Das Ausdrucksmittel einer Liebe muss nicht zwangsläufig Sexualität sein (das wäre eine Verarmung). Liebe ist an und für sich amoralisch. Wir haben die Freiheit zu lieben, wen wir gerade lieben wollen – die Frau des Freundes, Nachbars Töchterchen, einen Ihrer Freunde, die Schwiegermutter, ein Kind usw. Die Gesellschaft reglementiert mittels Rechtsvorschriften und schafft damit erwünschtes und unerwünschtes Verhalten. Neben dem Gesetz bestehen sittliche Erwartungshaltungen, welche schichtspezifisch ausgeprägt sind.

Im Gesetz ist eine Ehe als eine Zweierbeziehung (Mann/Frau) definiert. Ein Mann kann nur mit einer Frau in aufrechter Ehe leben. Ein Ehebruch (sexuelle Untreue) wird nicht (mehr) bestraft, allerdings bewirkt eine „schuldhafte Scheidung“ eine Schlechterstellung. Für Unverheiratete gilt diese „Beschränkung“ nicht, da sind mehrere Partner gleichzeitig möglich. Gleichgeschlechtliche Paare durften bis vor kurzem nicht heiraten bzw.

ihre Partnerschaft behördlich eintragen lassen, gemeinsam wohnen war aber möglich.

Rund um das Thema Beziehung haben sich eine Vielzahl an sittlichen Vorgaben entwickelt, welche selten eingehalten werden. Die christliche Wertlehre entwertet sich durch den zu großen Abstand zwischen dem tatsächlichen Lebensvollzug und den Forderungen für ein sittliches, religiöses Liebesleben. Es erscheint so, als würden wir das Ideal der reinen und großen Liebe „hochhalten“ und darüber hinaus sehr lebenspraktische Entscheidungen treffen. Der „bessere Versorger“ gewinnt vor den „besseren Genen“ oft nur, um die Vaterrolle zu übernehmen, ohne der zu sein, dem die Reproduzierung gelungen ist. Die Abweichung beträgt ca. 12–15% in allen Populationen. Prestige übertrifft die Vorteile einer sicheren Versorgung bei der Partnerwahl.

Sexuelle Kontakte bergen ein hohes Risiko und lassen den Stellenwert eines „Kodex“ verständlich erscheinen. Es droht nicht nur eine Schwangerschaft, sondern die Übertragung von Ansteckungserkrankungen (Hepatitis C, AIDS, diverse Geschlechtskrankheiten, Pilze, Bakterien und Kleinlebewesen wie Milben/Läuse u.a.m.). Es existieren mehrere moralisch-sittliche Begrifflichkeiten und diese erscheinen widersprüchlich. Die Pole sind: Ehrlichkeit, Treue, Verschwiegenheit, Zuverlässigkeit, Beständigkeit, Verantwortung, Spontaneität, Lustgewinn

und Erlebnishunger. So werden eine „Ehebrecherin“ oder ein untreuer Mann je nach Milieu übel beleumundet oder bewundert.

Ein „Urlaubserlebnis“ oder ein „One Night Stand“ werden als Abenteuer verstanden. Kürzlich erzählte mir eine Damenrunde stolz vom gemeinsamen Swinger Club-Besuch. Männer haben für Schwangerschaften einzustehen, Frauen „dürfen“ eine Abtreibung vornehmen lassen, auch wenn der Mann (der geschwängert hat) das Kind annehmen würde.

Das im sittlichen Kodex schwerste Vergehen dürfte das Vorspielen von Liebesgefühlen sein, um sexuelle Zuwendungen zu erhalten. Trotzdem wird, um die Entstehung einer Liebesbeziehung zu begünstigen, Sexualität als „Investition“ in den kommenden Partner angeboten. Der durchaus ernst gemeinte Vorschlag: „Wenn du mich liebst, dann lieb ich dich auch“ funktioniert selten dauerhaft und hinterlässt enttäuschte Beteiligte am Ende der wechselseitigen Täuschung.

Liebe ist als ein Schenken, ein sich Verschenken (ohne Gegenforderung) zu verstehen, wenn aufkeimende Emotionen dies angebracht erscheinen lassen. Die Liebe bedient sich der Sexualität des Ausdrucks wegen.

Der Liebende schenkt sich in letzter Konsequenz selbst her. Ein





LIEBE ALS MORALISCHE BEGRIFFLICHKEIT

Geschenk ist eine Gabe, die keine Gegengabe erwartet. Es ist etwas, was ich, weil mir danach ist, geben will. Weil ich den Wunsch in mir trage, mich zu schenken.

Die „Prüfung“, ob ich für so ein Geschenk bereit bin, ist die Frage, ob ich so handeln würde, wenn es keinen weiteren Kontakt mehr danach gäbe. Ein solches verantwortungsvoll gegebenes Geschenk kann nie „unmoralisch, blauäugig oder blöd“ sein. Der Schmerz, keine Gegenliebe erfahren zu dürfen, wird möglicherweise immer mitschwingen, weil das Potenzial dazu erahnt wird. Trotzdem ist der Schenkende immer ungleich reicher als der Beschenkte. Es ist wie zu Weihnachten, wo wir einen Menschen, mit dem wir verbunden sind, ein Geschenk überreichen. Wir schenken, weil wir den Wunsch haben, dieses Geschenk zu geben und nicht um ein Gegengeschenk zu provozieren.

Für eine Partnerschaft braucht es keine Liebe. Es werden Beziehungen aus den verschiedensten Gründen eingegangen. Viele Beziehungen bauen auf wirtschaftlichen, beruflichen, sozialen, sexuellen oder kognitiv-freizeitorientierten Werten auf. In vielen Ländern ist es noch üblich, dass die Eltern den Partner/die Partnerin auswählen. Bei uns galt früher die Ehe als Versorgungsgemeinschaft. In der Beratung erlebte ich den Fall, wo ein Mann mit einer nicht lebensfähigen Wirtschaft eine Frau mit ebensolcher gehehlicht hat, um eine funktionierende Landwirtschaft betreiben zu können. Aus solchen Konstruktionen entstehen mitunter durchaus funktionierende Beziehungen. Möglicherweise erleben solche Paare nicht den intensiven körperlichen „Liebesrausch“, doch es könnte sich so etwas wie eine dauerhafte Lebensfreundschaft entwickeln, die reife Paare auszeichnet.



VERÄNDERT DIE KRISE DER FAMILIE „DIE LIEBE“?

Da die Familie sich in der Krise befindet (ca. die Hälfte aller Wiener Ehen wird geschieden), erlebt die Familienforschung einen Aufschwung. Die Forschung entlarvt manche Mystifizierung, indem sie darauf hinweist, dass im Verlauf der Menschheitsgeschichte unterschiedliche Formen von Beziehung und Partnerschaft praktiziert wurden. Familienformen sind das Resultat eines komplexen Geflechtes von ökonomischen, sozialen und kulturellen Beziehungen. In der Vergangenheit war es weiten Teilen der Bevölkerung aus wirtschaftlichen, politischen und sozialen Gründen (Sklav/innen, Knechte, Mägde) nicht möglich, eine Familie zu gründen. In Wien um 1900 verfügten die Angehörigen der „niedrigen Stände“ zumeist nicht einmal über ein eigenes Bett, geschweige denn über eigenen Wohnraum. Im bäuerlichen Milieu wurden im 19. Jahrhundert zwei Drittel der Geburten außerhalb der Familien verzeichnet (z. B. in Oberkärnten). Dieser Rückblick stellt den der Fortpflanzung dienenden Rahmen „Familie“ sehr in Frage. Eine wichtige soziale Funktion der Familie war früher die Versorgung der Alten durch die Jungen. Nicht nur eine genetische Anlage war es, was Menschen zur Fortpflanzung trieb, sondern die Sorge um die Absicherung bei Alter und Krankheit. Die soziale Notwendigkeit, Kinder zu zeugen und zu gebären, hat den heutigen Staatsbürger/innen weitgehend die hoch organisierte kollektive soziale Solidarität abgenommen. Genau genommen stimmt das zwar nicht, denn ein „Generationenvertrag“

funktioniert nur, wenn die nachfolgende Generation in etwa eine ähnliche Größenordnung hat und die Wertschöpfung der „neuen Generation“ nicht kleiner wird. Den „Vertrag“ hat die nachkommende Generation nicht paraphiert. Solidarität wird bejaht, solange diese eigene Vorteile bringt. Den eigenen Beitrag in Form von „staatstragendem Nachwuchs“ leisten immer weniger Menschen, was zu den bekannten Verteilungsproblemen führt (wenige Junge sollen für viele Alte aufkommen).

Die heutige „Familienförderung“ erschöpft sich nicht in Form von monetären Transferleistungen. Es scheint so zu sein, dass unser gesamtes gesellschaftliches System auf die „Kleinfamilie“ zugeschnitten ist. Selbst im Wohnbau findet diese Ausrichtung ihre Entsprechung.

Wohngrundrisse sind im Normalfall für eine vierköpfige Familie (Vater, Mutter und zwei Kinder) ausgelegt. Die dazugehörige „Wohnbauförderung“ begünstigt wiederum nur Familien. Allein lebende Frauen und Männer erreichen im Durchschnitt kein besonders hohes „Familieneinkommen“. Frauen sind noch dazu vom Einkommen her meistens benachteiligt. Ein Lebensstandard ergibt sich meistens nur, wenn Mann



und Frau in einer Beziehung leben und beide im Erwerb stehen.

Trotzdem verweigern immer mehr Bürger die Kleinfamilie und leben, mangels anderer Alternativen, als Single oder als Alleinerzieher/innen. Die Familie stellte früher eine wirtschaftliche Gemeinschaft dar. Die Mitglieder wurden unabhängig von ihrem Beitrag zu Gesamtwohl versorgt. Die Güter wurden geregelt an die nächste Generation weitergegeben. Familie war auch religiöse Gemeinschaft mit einem Haushaltsvorstand samt quasi priesterlichen Rechten. Ihm wurden richterliche Funktionen über die Familienmitglieder zuerkannt, die mitunter Todesurteile beinhalteten (z. B. Ehrenmord). Patriarchale Strukturen förderten extrem die Fortsetzung der männlichen Linie und die Verehrung der männlichen Ahnen. Ähnliche Verhältnisse finden wir heute noch in ländlichen Regionen des Balkans.

Die Funktionen der Familie, wie Sicherstellung der menschlichen Grundbedürfnisse in Notsituationen, Schutz, Herstellung von Recht und Gerechtigkeit sowie eine Versorgung im Alter, haben heute gesellschaftliche Institutionen übernommen. Die moderne Kernfamilie bietet diese Leistungen nicht mehr und die Stellung der Frau beginnt sich in Richtung Gleichberechtigung zu verändern. Die neue Familie befindet sich deshalb auf „Sinnsuche“ und reduziert diese auf eine „geglückte Partnerschaft“. Die Grundla-





Rainbow Reiki Do Institut Wien - Herwig Steinhuber

www.rainbow-reiki.at

Rainbow Reiki - Schamanismus - Meditation
Lebensberatung - Feng Shui - Rituale
Reinkarnationstherapie - Clearings

Rainbow Reiki - das Original von Walter Lübeck!
jetzt auch in Österreich – mit Herwig Steinhuber

SEMINARE - BERATUNGEN - COACHINGS

Nächste Termine:

- | | |
|----------------|--|
| 2.-4.8.2013 | Rainbow Reiki 1. Grad - Zertifiziertes
Rainbow Reiki® Seminar |
| 30.8.-1.9.2013 | Magic Power Drums -
Schamanismus lebendig erfahren |
| 13.-15.9.2013 | Rainbow Reiki 2. Grad |



Herwig Steinhuber wurde in mehrjährigem Training von Walter Lübeck persönlich zum Rainbow Reiki Meister, White Feather Schamanen, LEA Lebensberater, Lehrer der Drei Strahlen Meditation, Reinkarnations- und Clearingtherapeuten ausgebildet. Zertifiziert als Mentalcoach (Akademie Dr. Ehrhardt) sowie „Fünf Tibeter®“ Trainer. Mitglied im Deutschen Dachverband Geistiges Heilen (DGHe.V.)

靈
巫
氣

VERÄNDERT DIE KRISE DER FAMILIE „DIE LIEBE“?

ge dieser Partnerschaft soll „die Liebe“ sein. Kinder in diese „Liebesgemeinschaft“ mit einzubeziehen, gilt als Ideal der modernen Familie.

Da die Sicherung der Existenz Menschen in einem weit geringeren Ausmaß fordert als früher, bleibt ausreichend Zeit, sich selbst und die Beziehung zu explorieren. Frei nach Ringel „wird der Mensch immer kränker, je mehr Zeit er dafür investiert, diese Störungen zu suchen.“

Familienleben spielt sich sehr oft vor dem Fernseher ab und dabei ergibt sich eine Differenz zwischen dem realen Leben und dem am Bildschirm mitver-

folgten. Das eigene Leben sieht dabei oft weniger spannend und ereignisreich aus, was als

deprimierend erlebt wird. Kinder senken den Lebensstandard beträchtlich ab und erhöhen in den Familien die Spannungen.

Männer erleben sich dabei oft nur mehr als geduldete Nebensache und als Geldlieferant. Der „Traum“ von Familie endet in einem Trauma, weil die Praxis des Beziehungsalltags als „unvereinbar“ mit den Vorstel-

lungen und den Klischees in den Medien erlebt wird. Das Scheitern einer Partnerschaft führt meist nicht zu einer Analyse der Gegebenheiten, sondern die Betroffenen versuchen, mit anderen Partner/innen „das große gemeinsame Glück“ zu finden. Ein Vorgang, der sich oft mehrfach, ohne wesentlichen Erkenntnisgewinn, wiederholt.

Die Entwicklung von Strukturen, welche die „Kernfamilien“ fördern, erreicht eine ungeahnte Dichte. Österreich hat mit Kindergeld, Familienbeihilfe und Co. das teuerste Familienförderungssystem der Welt.



LIEBESBEZIEHUNG, PARTNERSCHAFT, FAMILIE, KIND

Alleinerziehende Mütter mit einem Kind oder mehreren Kindern erleben die Grenzen des Sozialstaates und ihrer eigenen Belastbarkeit. Geschiedene Männer verlieren bis zu 60 % ihres Einkommens und leben mit dem verbleibenden Rest mehr schlecht als recht. Geschiedene haben die Wahl, als Vater oder Mutter versagt zu haben oder durch die Alleinerziehendenrolle überfordert zu sein. Das, was sich in den Statistiken abzeichnet, ist nur ein Teil der Realität, denn Paare, die nicht verheiratet waren und sich trennen, sind darin nicht erfasst. Junge Leute „probieren“ die Ehe vorerst und ein Kind verändert, im Gegensatz zu früher, diese Einstellung nicht.

Durch überzogene Erwartungen bezüglich der „gelebten Liebe“ wird aus einer Beziehung selten eine Ehe. „Lebensabschnittspartnerschaften“ haben von vornherein ein Ablaufdatum, das individuell gestaltet werden kann. Gemeinsame Güter werden nach Möglichkeit nicht erworben, um eine Trennung jederzeit vollziehen zu können. Interessant ist die Beziehungsvariante, wo Partner und Partnerin in räumlich getrennten Wohnungen leben und ihre Freizeit gemeinsam verbringen. Diese Lebensform



wird auch zeitweise mit mehreren Partner/innen gleichzeitig gelebt. Die Kommunikation findet via Handy und E-Mail statt.

Die Wohngruppe oder Wohngemeinschaft setzt sich gegenüber der früheren Kommune durch. Jede/r Beteiligte hat einen intimen Lebensraum, wo der/die Partner/in nur mit Einwilligung Zutritt hat. Darüber hinaus gibt es „öffentliche“ Räume“, wie die Küche oder einen gemeinsamen Freizeitraum. Paarbeziehungen sind selbstverständlich auch mit Partner/innen außerhalb der Wohngruppe möglich. Diese Lebensform der offenen Wohngruppe scheint noch sehr viel Entwicklungspotential zu bieten und als Lebensform in einer sich langsam entsozialisierenden Welt besonders geeignet zu sein. Nicht die Liebe führt

diese Menschen zusammen, sondern die Sehnsucht, das Leben mit anderen Menschen zu teilen. Liebe hat mit der Zugehörigkeit zur Gruppe nicht zwingend etwas gemeinsam. Wirtschaftlich und sozial (Kinderbetreuung, Kostenteilung in vielen Bereichen der Haushaltsführung usw.) bietet so ein Zusammenleben viele Vorteile. Frauen mit dem Wunsch zu gebären sind nicht auf den

Rahmen einer schützenden Familie angewiesen. Dies und die sich durchsetzende Gleichberechtigung, die Frauen eine wirtschaftliche Besserstellung bringt, verändert die Anforderungen an potenzielle Partner oder Väter.



„Gute Ernährer“ können Frauen jetzt selbst sein, gefragt sind Männer, mit denen die Belastungen durch ein Kind „aufgeteilt“ werden können. Das alte Rollenbild vom „Mann“ ist nicht gänzlich verschwunden, was zum Teil zu einer Überforderung des Mannes führt. Dies nicht nur, weil Frauen das so beeinflussen, sondern weil Männer ihnen da entgegenkommen. Männer hängen sehr an ihren traditionellen Rollenbildern und sie fügen das „neue“ Männerbild (die neuen Anforderungen) dem alten Rollenverhalten einfach hinzu. In der Paarberatung ist von Männern zu hören: „Ich mache alles, um zu entsprechen, aber das genügt nicht.“ oder: „Ich versuche immer, alle an mich gestellten Aufgaben zur Zufriedenheit zu erledigen, aber meine Frau ist trotzdem mit mir unzufrieden.“ Männer werden nicht umhin kommen, sich ebenfalls zu emanzipieren. Überforderungen wandeln sich in Frustrationen.





LIEBESBEZIEHUNG, PARTNERSCHAFT,...

Männer sehen die Welt ein wenig anders als Frauen. Zum Beispiel verstehen Männer Sex als „den“ Liebesbeweis und Frauen brauchen, um für Sex „in Stimmung zu kommen“, Zuwendung (damit sind Zuhören, Nähe, kleine „Liebesbeweise“ in kreativer Art und Weise und gelebte Zuverlässigkeit gemeint). Wird der Wunsch eines Mannes nach Sex abgelehnt, dann ist er der Meinung, nicht (mehr) geliebt zu werden. Zum Teil setzen Frauen sexuelle Zuwendungen pädagogisch ein (für Wohlverhalten), was im Ablehnungsfall negative Emotionen verstärkt und oft der Keim der Trennung (oder der Motivation zu einem Seitensprung) ist. Es herrscht oft die Meinung vor, dass „in der Liebe“ alles wortlos funktionieren müsse. Männer, die eine Verweigerung erfahren, reagieren darauf mit besonderer Lieblosigkeit, was zur weiteren Verweigerung der Frau führt. Ein mitunter unendlicher Prozess nimmt seinen Lauf. Paare mit mehrjährigen Sexpausen sind in der Beratung keine Seltenheit. Ein unterbrochener Austauschprozess ist ohne der Vorleistung eines Partners nicht wieder in Gang zu bringen. Nach einer Vorleistung beginnt üblicherweise, nach Überwindung einer Trotzphase, wieder der Austausch.

Gleichgeschlechtliche Paare unterscheiden sich im Liebesleben gegenüber heterosexuellen Paaren oft nur durch die Beziehungsdauer. Es gibt neben einer primären Liebesbeziehung häufige sekundäre sexuelle Interaktionen mit anderen Partner/innen. Dies führt wie bei heterosexuellen Paaren zu heftigen Eifersuchtsszenen.



LIEBESBEZIEHUNG,...

Der Familie ist die funktionale Begründung der „Erwerbsgesellschaft zur Aufzucht von Kindern“ abhanden gekommen. Die Liebe als alleinige Bindungsmotivation kann sich als nicht ausreichend herausstellen, wenn die körpereigenen Belohnungssysteme zurückgefahren werden. Die Schmetterlinge im Bauch werden weniger, noch bevor der personale Kern des Partners bzw. der Partnerin entdeckt wurde. Wir leben in einer sexualisierten Welt, die immer mehr pornographische Züge bekommt. Der daraus abgeleitete Zwang, sexuell attraktiv sein zu müssen, nimmt sich immer mehr Raum. Allerdings ist der Kampf gegen das Altern nicht zu gewinnen, was dazu führt, dass sich Menschen ab einem gewissen Alter als nicht mehr attraktiv erleben. Sexualität wird mitunter als eine neue Leistungssportart gesehen. Vorgaben aus der Pornoindustrie erobern das heimische Schlafzimmer. Analverkehr bedeutet für viele Frauen statt Lustgewinn schmerzhaft Erfahrungen, aber trotzdem wird dieser vollzogen, weil das heute dazugehört.

Paare geben ihrer Gemeinschaft immer weniger Zeit und erarbeiten selten Zukunftsvisionen. Gesucht wird der Partner, die Partnerin, welche/r zu der eigenen Zukunftsvision passt. Der Zufall, dass zwei Menschen mit sich ergänzenden Visionen einander begegnen, ist ein seltener Glücksfall. Meistens meinen dann im schlimmsten Fall beide, dass der gewählte Mensch ihnen das Leben, welches sie führen wollen, nicht ermöglicht.

Wir dürften in einer Übergangszeit leben. Tradierte Lebensformen scheinen nur mehr wenig Potenzial zu haben und neue Lebensformen haben sich noch nicht herausgebildet. Wohin wird sich „die Liebe“ entwickeln? Da alles schneller zu werden scheint, dürfte auch ein „Familien-



LIEBESBEZIEHUNG,...

zyklus“ schneller zu Ende zu gehen als ein Leben. Dieses Phänomen dürfte erst für den Menschen der Moderne ein Problem sein, denn vor Semmelweis starben Frauen am Kindbettfieber. Männer hatten daher selten nur eine „Lebensfrau“, Partnerschaften fanden durch Krankheit ihr „natürliches“ Ende.

Die Verliebtheit, unsere körperliche Reaktion auf eine/n potentiell passende/n Geschlechtspartner/in (Freud nannte diese/n wenig charmant „Triebziel“), das „Gewitter“ der Hormone, wird als Dauerzustand gewünscht. Sexualität scheint immer wichtiger zu werden und der eher selbstlose Liebesbegriff sieht daneben antiquiert aus. Der Liebesbegriff wird ungefähr so verstanden, als ob es Amor wirklich gäbe. Der „Liebespfeil“ trifft und damit überkommt uns das Feuer der Liebe. Nur die Pfeilchemie wird immer schwächer, daher ist die Zeit des „Liebesrausches“ zu nutzen. Sobald die Wirkung aufhört, wird der Schütze ersucht, nochmals einen Pfeil abzuschließen. Leider immunisiert sich der/die vormals Liebende gegen die Wirkung des Pfeiles. Es funktioniert nicht mehr, auch wenn Amor sich noch so bemüht. Es sollte eine andere Qualität die „körperliche“ Liebe abgelöst haben – die geistige Liebe – die um die Möglichkeit der Sexualität erweiterte Freundschaft zweier Menschen. Nicht alle machen bei dem stressigen Wahnsinn mit und manche steigen überhaupt aus. Die Zahl der Asexuellen ist im Ansteigen begriffen. Der Sexualforscher Volkmar Sigusch hält die Asexuellen für die Vorboten des Endes unseres sexualisierten Zeitalters. Wird dann das Zeitalter der Liebe beginnen? Wenn in einer Beziehung die Zentrierung auf die Sexualität an Bedeutung verliert, hat dann die Liebe freie Bahn? (vgl. Schreiner 2005, S. A1)



ZUSAMMENFASSUNG

„Die Liebe“ als allgemeiner Begriff lässt sich als gesellschaftliches Bindemittel, als soziales Band verstehen, welches uns verbindet. Diese „Liebe“ ist in uns angelegt, quasi ein unbewusster Erfahrungsschatz der Evolution. Phänomene wie lebenslange Lebensbande werden so erklärbar. Der Mensch ist ein soziales Wesen, ergo ist er ein Liebender, wengleich dies meist nur für die Gruppe, der er angehört, gilt.

Die „triebgesteuerte“ Liebe, das Gefühlsgewitter, die körperliche Reaktion auf „da wäre ein/e geeignete/r Paarungspartner/in“ wird durch visuelle Reize ausgelöst. Unsere äußere Repräsentanz kann als Spiegelbild unserer inneren Verfasstheit gesehen werden. Ich werde auf einen Menschen aufmerksam und beobachte diesen. Dadurch werden mir die Einzigartigkeit und die Einmaligkeit dieses Menschen mehr und mehr bewusst. Ich erfasse und sehe Wesenszüge, die mir zuvor verborgen blieben. Antoine de Saint-Exupéry beschreibt dies im kleinen Prinzen genial im Kapitel „Rosengarten“. Der „Kleine Prinz“ geht durch einen Garten mit tausenden Rosen und betrachtet dort eine der Rosen genauer. Je mehr er sich mit der einen Rose beschäftigt, desto mehr fällt ihm das Besondere dieser einen Rose auf und dadurch wird diese seine höchstpersönliche Rose. Die Rose, die er allen anderen Rosen vorzieht ... Saint-Exupéry beschreibt in einem anderen Kapitel des Buches, wie man ein Freund wird. Dieses „Freund-Werden“, indem man sich regelmäßig verabredet und

Vorfreude entwickelt auf die kommende gemeinsame Zeit, wäre in der Liebe die Erweiterung des Prozesses, der als körperliches Phänomen begann.

Das bedingungslose Schenken wird erwidert und potenziert sich, und ehe wir uns versehen sind wir in einer Symbiose. Ein Austauschprozess hat begonnen und dauerhaft funktioniert ein solches System nur, wenn beide daran Beteiligten vom Austauschprozess Vorteile generieren. Es ist daher wichtig, dass die Partner/innen geben und nehmen können und wollen. Was sie als „symmetrisch“ erachten, ist individuell stets neu zu verhandeln. Abweichungen von dieser Regel führen zu Komplikationen, die den Austauschprozess einschränken, bis dieser ganz zum Erliegen kommt.

Wo ist dabei „die Liebe“? Die gibt es weiterhin, ebenso die Bereitschaft zu schenken. Die Liebe ist das sprichwörtliche „Bindemittel“ der Symbiose. Ohne Liebe sind Symbiosen zwar möglich, aber es fehlt ihnen der „Wohlfühl-Charakter“. Es ist in einer Symbiose vorteilhaft, immer den Partner bzw. die Partnerin mitzudenken. Die Überlegung „Was kann ich tun, damit es meinem Partner/meiner Partnerin mit mir besser geht?“, ist eine sich selbst beloh-

nende Denkübung. Die Frage „Wie glaube ich, geht es meinem Partner/meiner Partnerin derzeit mit mir?“, hilft mir, mich in ihn/sie hineinzusetzen, um präventiv Justierungen vorzunehmen. Der Alltag einer Liebe ist in der Tat ein komplizierter Ausgleich, da zwei verschieden sozialisierte Wesen ihre Austauschprozesse so steuern müssen, dass beide das Gefühl bekommen, sich zu bereichern. Die Kulturen sind von Familie zu Familie sehr unterschiedlich und das führt zu Missverständnissen. Es gibt verschiedene „Sprachen der Liebe“, damit ist das Ausdruckspotential gemeint, dessen wir uns bedienen. In manchen Familien ist Zeit ein Zeichen von Liebe, in anderen ist es z. B.

Geld. Der Mann meint, wenn er fleißig arbeitet und viel Geld heimbringt, damit die Familie sich alles leisten kann, dann beweist er damit seiner Partnerin die Liebe. Die Partnerin wiederum sieht dies gegenteilig, weil er ihr so wenig Zeit schenkt. Dieses Missverständnis kann sich oft nur mit fremder Hilfe auflösen. Das Paar hat noch nicht zu einem gemeinsamen Standard gefunden, was als Liebesbeweis zulässig ist. Wir hinterfragen zu wenig überlieferte Modelle, die sich als unpassend



ZUSAMMENFASSUNG

herausstellen, und wir leiden darunter, nicht zu wissen, wie wir unsere innewohnende „Liebessehnsucht“ erfüllt haben wollen.

Nach einer Vielzahl von Zurückweisungen wagen wir es nicht mehr, „selbstlos in den anderen zu investieren (zu schenken)“. Dabei sind unsere „Füllhörner“ randvoll und wir hätten so viel zu geben. Die Angst vor dem nächsten Missverständnis hindert uns, damit verschwenderisch umzugehen. (Friedrich Zottl, Was heißt hier Liebe?, in: gesund & in form, 2006, S. 6)

Die Hypothese I scheint ausreichend argumentiert zu sein. Es wird mit dem Wort „Liebe“ höchst Unterschiedliches ausgedrückt. Kriegen Sie in Ihrer Partnerschaft all das, was sie selbst als „die Liebe“ definieren? Kommen Sie bitte nicht zu voreiligen Schlüssen. Es könnte an Ihrer Definition liegen! Stellen Sie sich folgende Fragen mehrmals am Tag: „Was kann ich tun, damit es meinem Liebespartner bzw. meiner Liebespartnerin besser geht?“ Diese Frage könnte das Engagement für den anderen Menschen aufzeigen. Genau genommen sind wir selbst diejenigen, die uns „verliebt“ machen. V. Frankl meinte dazu, dass Liebe „sehend“ mache. Wir sehen, was wir ohne Liebe nie gesehen hätten. Wir reden viel von Liebe, die Zeitungen und die Journale sind voll von Geschichten darüber. Von welcher Liebe schreiben diese Medien? Die sexuelle und die erotische Liebe sind als Vorformen der geistigen Liebe zu sehen. Interessant scheinen

nur die Vorformen der Liebe für die Medien zu sein, denn meistens wird über diese berichtet. Wissen die Medien, was wirklich Liebe ist?

Bei der Hypothese II ist eindeutig der Beweis gelungen, dass die wirkliche Liebe, die geistige Verbundenheit zweier Menschen, eine soziale Funktion ist. Es scheint ein vielschichtiges Geschehen zu sein, in dem somatopsychisch-geistige und soziale Wirkfaktoren miteinander dicht verwoben sind.

Die Erweckung der Liebe (eigentlich des Begehrens) mag sich dem Bewusstsein entziehen. Sobald wir „es“ aber registriert haben, liegt es in der Möglichkeit jedes/jeder Einzelnen, den Prozess zu steuern. Was wir daraus schöpfen, wird sicher immer zeitgeistig beeinflusst sein.

Manche der neuen Lebensformen wie Lebensabschnittspartner oder Rentner/innenkonku-

binare, soziale oder biologische Elternschaft provozieren einen neuen offenen Liebesbegriff. Der Leidensbegriff ist im Zusammenhang mit dem Liebesbegriff möglicherweise religiös begründet. Lebenspraktisch passt Leiden nicht zur Liebe im eigentlichen Sinn (Schenken), denn egal, ob ich liebe oder ich geliebt werde: es ist und bleibt unsere intensivste Möglichkeit, positive Gefühle zu erfahren.

Kurze, aber intensive Lieben werden neben stabilen, aber nicht „ewigen“ Partnerschaften, wirtschaftlichen Allianzen und Wohngruppen bestehen. Eventuell bleibt es die Liebe, welche es immer schon war, nur offener und selbstverständlicher, entkrampfter. Was aus der traditionellen Dauerliebesbeziehung wird? Auch die wird es geben für jene glücklichen Paare, welche zum personalen Kern ihres Partners/ihrer Partnerin vordringen konnten und mit dem sehr zufrieden sind, was sie vorgefunden haben.

In der Durex-Studie 2007 (eine Kondomfirma hat 40 000 Deutsche befragt) ist zu lesen, dass 80 % der erwachsenen Deutschen in eine Drei- oder Viereckgeschichte verstrickt waren oder sind. „Die Liebe“ scheint bunter zu werden, was damit auch immer gemeint sein könnte.

„Frauen wie Männer sind sich in ihren Motiven bemerkenswert ähnlich, 20 der 25 häufigsten Motive waren identisch, ganz oben rangiert bei



ZUSAMMENFASSUNG

beiden die Anziehungskraft des Sexualpartners „I was attracted by the person“, dann folgt das Vergnügen „it feels good“ und dann die Romantik, der Ausdruck der Liebe bei Frauen und Männern auf Rang fünf.“ 1 500 US-Student/innen wurden zum Thema befragt, welche Gründe sie für Sex hätten. (Jürgen Langenbach, zit. in der Presse 2007 Arch. Sex. Behav; 36, S. 477)

Amerikaner/innen sind bei den meisten Untersuchungen bezüglich Sex signifikant konservativer als Europäer/innen. Die Jugend der befragten Student/innen lässt „die Liebe“ wahrscheinlich deshalb schlecht abschneiden, weil in der sexuellen „Experimentierphase“ andere Interessen (das Studium) im Vordergrund stehen. Interessant wäre, die Frage „Warum Sex?“ europäischen Menschen zwischen 25 und 45 Jahren zu stellen.

Wo bleibt der von den (kirchlichen?) Autoritäten bevorzugte Grund für eine Beziehung, der Kinderwunsch? Er rangiert in der Umfrage nicht unter den ersten fünfzig Motiven, aber das mag mit dem Alter der Befragten zusammenhängen, meint Jürgen Langenbach.

Gibt es sie wirklich, diese „Liebe vom Wesenskern des Menschen zum Wesenskern des anderen Menschen“? Verherrlichen wir mit der „geistigen Liebe“ eine romantische, aber nicht lebbare Vision? Ist am Ende „wahre Liebe“ gar nicht wahr, sondern nur eine seltsam kultivierte Eigenart zur Brutpflege (um Männer bei den mit der Aufzucht beschäftigten Weibchen zu halten)? Wenn dem so ist, dann beschäftigt diese schlaue Einrichtung der Natur uns in hohem Ausmaß. 



MAG. (FH) MAG. FRIEDRICH ZOTTL BA.PTH.

Ich habe selbst einiges von dem erlebt was Patienten mit mir besprechen. Psychotherapeut wurde ich mit 54 – vorher war ich in der Wirtschaft tätig. Seit 2005 arbeite ich als frei niedergelassener Psychotherapeut in eigener Praxis. Als Schwerpunkte meiner Arbeit haben sich die Themen Beziehung und Arbeit ergeben.

Ausgebildet bin ich u.a. in Lebens- und Sozialberatung, Logotherapie und Existenzanalyse, Sozialarbeitswissenschaften und Psychotherapiewissenschaften.

Weiterführender Link: www.zottl-beratung.at

