

und immer geht es um die

L i e b e

Eine Mutter liebt ihr Kind, ein Vierpfoten-Aktivist alle Tiere, Reinhold Messner liebt die Berge, Niki Lauda den Motorsport, der Dalai Lama liebt alle Menschen und H.C. Strache nur die Österreicher. Die Liebe scheint so viele Gesichter und Ausdrucksformen zu haben, wie es Menschen gibt. Und wenn wir von „Liebe“ sprechen, meinen wir oft etwas ganz anderes.

Was aber IST Liebe in Wirklichkeit? *Christa Spannbauer* machte sich auf die Suche nach Antworten.

Evolutionär

„Die Liebe ist das faszinierendste Phänomen, das die Evolution des Lebens auf dieser Erde hervorgebracht hat. Sie ist es, die den Einzelnen, das Paar, die menschliche Gesellschaft und letztlich die gesamte lebendige Welt im Innersten zusammenhält.“ Davon ist der Neurobiologe *Gerald Hüther* überzeugt. Anders als die meisten seiner Kollegen aus der Sozio- und Evolutionsbiologie sieht er in der Liebe weniger einen genetischen Instinkt, ein Planspiel der Hormone zum Arterhalt der Spezies, sondern vielmehr ein Wunder der Evolution. Denn bei höher entwickelten Lebewesen machten vor allem diejenigen das Rennen, „die besser als alle anderen zusammenhalten, weil sie durch ein gemeinsames Gefühl miteinander verbunden sind“. Für Hüther ist Liebe die entscheidende Triebfeder für die Entwicklung und Transformation der Menschheit. Die schöpferische Kraft der Liebe verbindet Getrenntes und gestaltet unablässig Neues.

Beziehungsweise

Doch seien wir ehrlich: Die meisten von uns denken bei der Liebe nicht an eine evolutionäre Kraft, sondern zuallererst an die Liebesbeziehung zwischen zwei Menschen. Und hier waren die Hoffnungen und Erwartungen noch nie so groß wie in der Gegenwart. Eine Paar-



beziehung soll uns unendliche Glücksgefühle, emotionale Geborgenheit und ewige Lust bescheren. Im Partner wird nicht nur die Erfüllung der Liebe, sondern auch die Sinnerfüllung des eigenen Lebens ersehnt. „Die Idealisierung der Liebesbeziehung“, so der Paartherapeut *Hans Jellouschek*, „nimmt damit fast schon religiöse Ausmaße an. Wodurch jede Partnerschaft heillos überfrachtet wird.“ In den überzogenen Ansprüchen, die der Partnerliebe für das persönliche Glück beigemessen wird, sieht Jellouschek die Hauptursache

der Krise, in die viele heutige Beziehungen geraten.

So gesehen wäre es höchst an der Zeit, die Liebe aus der Enge zu befreien, in die wir sie hineingetrieben haben. Denn die Liebe ist immer schon größer als der Einzelne oder das Paar. Der Liebe ist es gänzlich fremd, sich in der Zweisamkeit zu verbarrikadieren. Vielmehr ermöglicht sie den Liebenden, gemeinsam neue Räume zu betreten, die ihnen alleine verschlossen blieben und schenkt ihnen Erfahrungen, die ihnen alleine nicht möglich wären. Die Liebe ist auf

Transformation angelegt und weitet den Raum für Wachstum und Entwicklung. Miteinander und aneinander wachsen die Liebenden und reifen hinein in eine größere Liebe. Gemeinsam schaffen sie Neues und bringen dies in die Welt.

Befreiend

Der Philosoph *Erich Fromm* wies in seinem gleichnamigen Bestseller darauf hin, dass die wichtigste Aufgabe des Menschseins darin liegt, sich in der „Kunst des Liebens“ zu schulen. Ist es doch die Liebe, die den Menschen zu seinem wahren Selbst führt, die Mauern einreißt, welche ihn von seinen Mitmenschen trennen und die ihn schließlich seine Bestimmung in der Welt erkennen lässt. Nein, eine leichte Kunst ist das nicht. Zumal die Liebe genau das einfordert, was uns Menschen so schrecklich schwer fällt: das Loslassen. „Was du liebst, lass frei“, verlangte bereits der Weise *Konfuzius* vor 2500 Jahren. Das aber ist leichter gesagt als getan. Denn insgeheim glauben wir doch alle, dass der geliebte Mensch uns gehört und dass es seine Aufgabe ist, unsere Wünsche zu erfüllen.

Unsere materialistische Zeit hat die Liebe zum Besitztum erklärt. Wir wollen sie haben, und wir wollen, dass sie uns alleine gehört. Wir stecken sie in eine „Beziehungskiste“, und wehe der Partner wagt es, aus dieser herauszulügen oder gar herauszuspringen. So wird Liebe zum Zweckbündnis, zum Tauschgeschäft: „Wenn du mich liebst, dann liebe ich dich auch.“ Ein solches Denken aber entspricht nicht dem Wesen der Liebe. Denn Liebe stellt keine Bedingungen. Sie verschenkt sich. Sie ist ein Kind der Freiheit. Und als ein solches scheut sie die Enge. Sie zerrinnt uns zwischen den Fingern, mit denen wir sie festhalten wollen.

Allumfassend

In geradezu kindlicher Manier glauben wir immer noch, dass es in der Liebe in erster Linie darum ginge, geliebt zu werden. Doch die Liebe ist eine Aktivität, die im Geben ihre Erfüllung findet. Im Schenken der Liebe erlebt sich der Mensch als überströmend, lebendig und

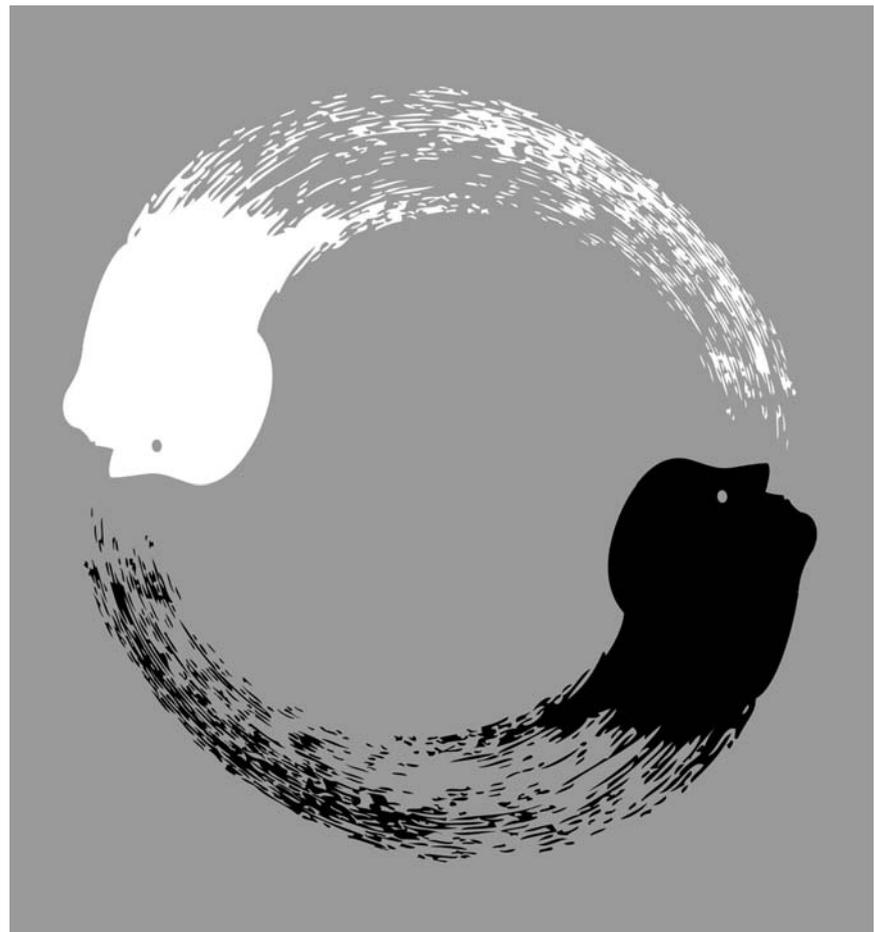
mit dem Strom des Lebens verbunden. Eine Erfahrung, die den jungen *Goethe* ausrufen ließ: „Und doch, welch Glück, geliebt zu werden. Und lieben, Götter, welch ein Glück!“

Ja, wenn wir wahrhaft lieben, sind wir frei. „Liebe und tue, was du willst“, konnte deshalb der Kirchenvater *Augustinus* sagen. Dies ist kein Aufruf zu hemmungslosem Egoismus, sondern Ausdruck des bedingungslosen Vertrauens in die Kraft der Liebe. Einer Liebe, in welcher die Partnerschaft zur

Nächstenliebe, die sich in der tätigen Fürsorge und Achtung für unsere Mitmenschen ausdrückt, und in dem Wunsch, dass alle Menschen glücklich sein mögen.

Lustvoll

Wer Liebe verschenken, wer sich einem anderen Menschen hingeben kann, wer bereit ist, sich im Anderen zu verlieren, um sich selbst zu finden, taucht ein in das Mysterium der Liebe. Nirgendwo sonst erleben wir dies so intensiv und



Keimzelle einer freien Gesellschaft wird. Sie wacht nicht eifersüchtig über das Herz des Anderen, sondern öffnet das Herz für die Welt. „Wenn ich einen Menschen wahrhaft liebe, so liebe ich alle Menschen, so liebe ich die Welt, so liebe ich das Leben. Wenn ich zu einem anderen sagen kann ‚Ich liebe dich‘, dann muss ich auch sagen können: ‚Ich liebe in dir auch alle anderen, ich liebe durch dich die ganze Welt, ich liebe in dir auch mich selbst.“, erkannte *Erich Fromm*. So führt die Partnerliebe zur fundamentalsten Art der Liebe: der

mit all unseren Sinnen, wie in der sexuellen Vereinigung mit dem Geliebten. In der seelisch-körperlichen Hingabe an einen anderen Menschen schmelzen die Grenzen unseres Ichs dahin und machen die Vereinigung mit einem Du möglich. In der erotischen Ekstase werden zwei Menschen über sich selbst hinausgetragen und erfahren sich als Teil eines größeren Ganzen. „Eine kosmische Versöhnung im Kleinen“, nannte es *Walter Schubart* in seinem Buch „Religion und Eros“: „Zuletzt treibt die Geschlechterliebe den Menschen der Gottheit in die



Arme und löscht den Trennungsstrich aus zwischen Ich und Du, Ich und Welt, Welt und Gottheit“.

Dass solche fast schon religiösen Heilversprechen eine Beziehung im Alltag aber auch reichlich belasten können, liegt nahe. Der Anspruch an die Sexualität war noch nie so hoch wie heute. Sie gilt als wichtigster Signifikant einer erfüllten Liebesbeziehung und ihr lustvoller Vollzug als Beweis der emotionalen Verbundenheit der Partner, der immer wieder aufs Neue erbracht werden muss. Die hohe Trennungsrate und der Trend zum Single-Leben könnten ein Hinweis darauf sein, dass wir damit ein letztlich unstillbares Begehren in die Welt gesetzt haben.

Spirituell

Interessanterweise beschreiben christliche Liebesmystiker ihre Vereinigung mit dem Göttlichen in ähnlich entflammten Worten wie Tantriker den sexuellen Liebesakt. Was der eine in der ekstatischen Vereinigung mit dem Geliebten erlebt, vermag ein anderer offensichtlich in der mystischen Verschmelzung mit dem Göttlichen zu finden.

In ihrem Buch ‚Es geht um die Liebe‘ machen der Jesuit *Niklaus Brantschen* und die Ordensfrau *Pia Gyger* anhand ihrer (zölibatären) Liebesbeziehung

deutlich, dass eine gemeinsam gelebte Spiritualität den Menschen auf dem Weg der Liebe entscheidend unterstützen kann. Auf dem spirituellen Weg der Liebe muss der Sinn des eigenen Lebens nicht im Partner gesucht werden, denn beide finden gemeinsam zur Einheit in einem weitaus Größeren. Ebenso wie der Liebe geht es der Spiritualität um Entwicklung, Wachstum und Transformation. Ihre Erfüllung findet die spirituelle Liebe in der leidenschaftlichen Hingabe an das Göttliche.

Eins Werden

In das Herz eines jeden Menschen, so sagen die Sufis, legte Gott in seinem Schöpfungsakt einen göttlichen Funken. Diesen göttlichen Funken zu finden, ihn zu entfachen und zum Brennen zu bringen, so dass er den ganzen Menschen mit seinem Feuer erfasst, bis dieser völlig in Liebe versinkt und sein Wesen aufgeht in allumfassender Liebe – darin erblicken die Liebesmystiker des Islam die wahre Berufung eines jeden Menschen.

Wer einmal vom Geschmack dieser Liebe gekostet hat, den kann nichts mehr davon abhalten, ihrem Ruf zu folgen. Denn in uns allen brennt die Sehnsucht nach dem Wunderbaren, dem Unendlichen, dem Göttlichen. Wir seh-

nen uns nach Vereinigung und Verschmelzung mit diesem Urgrund, aus dem wir kommen und in den wir zurückkehren. Jede weltliche Liebe ist letztlich Ausdruck der Sehnsucht nach Heimkehr, ein Trennungsschmerz, der nicht aufhören wird, bis wir zurückkehren in die Einheit.

Je tiefer diese mystische Erfahrung des Menschen, umso größer seine Liebe. Denn in der mystischen Einheitserfahrung erkennen wir im anderen Menschen uns selbst. In ihr steigt ein universales Mitgefühl auf, das alle Menschen, ja die ganze Welt mit einschließt. Davon ist der Benediktiner und Zen-Meister *Willigis Jäger* überzeugt und kommt zu der Schlussfolgerung: „Was wir am Ende unseres Lebens in Händen halten, sind nicht unsere Leistungen und unsere Werke. Wir werden uns zuerst und vor allem die Frage stellen müssen, wie viel wir geliebt haben.“

infos & literatur

Mag. Christa Spannbauer

Jg. 1963, lebt und arbeitet als freie Journalistin, Autorin und Filmemacherin in Berlin. In ihren Publikationen beschäftigt sie sich mit den Weisheitswegen aus Ost und West und deren



Verbindung mit neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen. Sie ist Herausgeberin des Buches „Über die Liebe“ des Benediktiners Willigis Jäger und hat heuer gemeinsam mit dem Jesuiten Niklaus Brantschen und der Nonne Pia Gyger das Buch „Es geht um die Liebe“ erarbeitet (s.u.).

Kontakt: www.christa-spannbauer.de

Buchtipps:

- **Die Kunst des Liebens**

von *Erich Fromm* (Ullstein 2005)

- **Die Evolution der Liebe**

von *Gerald Hüther* (Sammlung Vandenhoeck, 2007)

- **Über die Liebe** von *Willigis Jäger*

(Hrsg. *Christa Spannbauer*, Kösel Verlag, 2012)

- **Von der Liebe ergriffen**

von *Hans Jellouschek* (Präsenz Verlag, 2011)

- **Es geht um die Liebe** von *Niklaus Brantschen & Pia Gyger* (Kösel, erscheint im Oktober 2013)