

TOM AMARQUE

Wann ist Liebe?

Prozess oder Struktur?

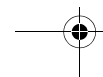
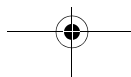
Ich möchte an das Thema Liebe so direkt wie möglich herangehen und nicht fragen, *was* Liebe ist, sondern *wann* Liebe ist. Dies zunächst und vor allem deshalb, weil sich Liebe, unabhängig von allen Gedanken und Gefühlen, immer in der Handlung zeigt, und sei es nur, wenn wir dem anderen sagen, *dass* wir ihn lieben.

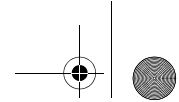
Ich will das Phänomen Liebe dabei aus einer gleichermaßen psychologischen wie systemtheoretischen Perspektive betrachten. Die jüngere Entwicklungspsychologie und insbesondere die Arbeiten von Charles Tart¹ und Allan Combs² haben im Kontext systemwissenschaftlicher Untersuchungen vor allem den Prozess-Aspekt *aller psychologischen Erfahrung* hervorgehoben. Betrachten wir insofern alles, was psychologisch erfahrbar ist, als Teil eines Prozesses, stellt sich unwillkürlich die Frage, *wann* der Prozess des Liebens einsetzt und welche Eigenschaften er hat. Dies sind die beiden Fragen, die ich hier beantworten will.

Doch wie kann ich diese Herangehensweise rechtfertigen? Combs zeigte, dass es sich mit psychologischen Phänomenen ähnlich verhält wie mit gewissen physikalischen Phänomenen. Wie wir sie beobachten und verstehen, hängt von den Operationen des Beobachters ab. Nehmen wir zum Beispiel ein Lichtphänomen: Wir können es als Teilchen beobachten und damit seine Geschwindigkeit messen. Wir können dasselbe Lichtphänomen aber auch als Welle beobachten und damit untersuchen, wie diese Welle mit anderen Lichtwellen interferiert, welche Ausdehnung sie im Raum hat und so weiter. Ähnlich ist es mit

1. Tart, Charles, *States of Consciousness*, 1975.

2. Combs, Allan, *Die Psychologie des menschlichen Bewusstseins*, 2010.



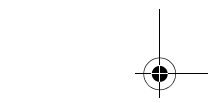
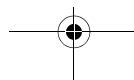


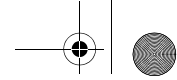
dem Bewusstsein und allen psychologischen Phänomenen. Wir können sie als Dinge oder Strukturen betrachten – „das Bewusstsein“, „das Gefühl“, „der Gedanke“ etc. – und die Eigenschaften oder Strukturen dieser Dinge untersuchen. Oder wir betrachten diese Phänomene als *Prozesse* und untersuchen, welche kognitiven Unterscheidungen den Bewusstseinsstrom, den *stream of consciousness*, wie er von William James beschrieben wurde, kennzeichnen. Wie kommt, aus psychologischer Perspektive, unsere kontinuierliche Alltagserfahrung zustande, wie führt ein Gefühl zum nächsten, wie bedingt ein Gedanke den nächsten? Die Frage, die sich stellt, ist dabei also nicht, ob Bewusstsein oder etwaige psychologische Prozesse wie das Lieben, *entweder* ein Ding oder ein Prozess sind. Forschung zeigt, dass es tatsächlich beides gleichzeitig sein kann, ähnlich wie bei dem Lichtphänomen. Es ist sowohl das eine als auch das andere. Liebe ist sowohl ein Gefühl, ein Zustand und eine Erfahrungswirklichkeit *als auch* ein Prozess. Der einzige Fehler, der uns hierbei unterlaufen kann, ist zu versuchen, die Bewusstseinsphänomene oder Liebesphänomene ausschließlich als Dinge zu betrachten, als Nominalisierung, und damit, wie es Alfred North Whitehead sagte, eine „unangebrachte Konkretisierung“³ vorzunehmen. Wir sollten Bewusstseinsphänomene und Liebesphänomene daher immer aus zweierlei Perspektiven betrachten können: nämlich als Strukturen und als Prozesse. *Es gibt den Gedanken und das Denken, die Liebe und das Lieben.*

Das heißt, Liebe, was immer wir auch darunter verstehen und wie auch immer sie sich sozial oder weltlich äußert, setzt immer auch die Fähigkeit der Psyche voraus, *zu lieben*. Mit anderen Worten: Liebe ist eine Fähigkeit der Psyche, ein psychischer Prozess, der sozial oder weltlich seinen Ausdruck findet. Es ist etwas, das wir tun können – im besten Fall wie Jesus oder der Dalai Lama, indem wir alle lieben oder im schlechtesten Fall, indem wir gar nicht lieben können, nicht einmal uns selbst.

Die erste Konsequenz, die wir daraus ziehen können: Es liegt nicht am anderen, ob man ihn liebt. Was auch immer der andere tut oder nicht tut, Liebe ist eine genuine psychische Systemleis-

3. Whitehead, Alfred North, *Science and the Modern World*, 1997.



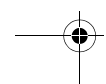
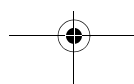


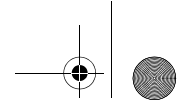
tung und daher unabhängig von allen externen Faktoren. Konkreter: Es ist erst einmal irrelevant, was der andere für Ziele hat, wie er charakterlich beschaffen ist, welche Meinung er hat, wie er aussieht oder wie er sich kleidet. Liebe entspringt der Psyche. Wir können lernen – indem wir die Liebe wie einen Muskel trainieren – jemanden oder gar jeden zu lieben, unabhängig seines Geschlechtes, seines Alters, seiner Ethnie, seiner Ideologie, seiner Herkunft oder seiner sexuellen Ausstrahlungskraft. Dies ist ein existentieller Sachverhalt, um den Jesus wusste und welchen der Dalai Lama auch heute noch anwendet: *Wir sind prinzipiell frei, jeden mit ganzem Herzen zu lieben.*

Die zweite Konsequenz: Von einem moralischen Standpunkt aus betrachtet ist es besser, zu lieben als nicht zu lieben, unabhängig davon, *wen* man liebt. Gerade weil Liebe ein Prozess ist, der der Psyche entspringt, ist es – aus einer Metaperspektive betrachtet – besser, wenn die Psyche diesen Prozess formt, als wenn sie ihn nicht formt. Ich betrachte Liebe damit implizit als einen bedingungslos *guten* und *erstrebenswerten* Wert an sich. Eine an sich „bedingungslose“ Liebe zeigt sich dann genau darin, dieses Prinzip zu *beherzigen* und lieben zu können unabhängig von einer bestimmten Person oder einem Ding außerhalb von uns.

Weil Liebe ein der Psyche entspringender Prozess ist, ist es ziemlich irrelevant, wen oder was eine Person liebt. Was zählt ist, *dass* man liebt. Und wenn sich eine Person entschieden hat, zu lieben, gibt es keinen Grund, nicht auch in der Zukunft zu lieben, es sei denn, die Liebe *soll* enden. Aus dieser Perspektive ist die Aussage: „Ich liebe dich nicht mehr, weil du dies oder jenes getan hast“, eine Verzerrung dessen, was psychologisch in Wirklichkeit stattgefunden hat – nämlich die Entscheidung, nicht mehr zu lieben. Diese Entscheidung hat jedoch nichts mit dem Partner zu tun.

Genau aus diesem Grund zeigt und beweist sich Liebe in der Schwierigkeit, konstant zu lieben bzw. den Prozess des Liebens z.B. im Kontext von sozialen Schwierigkeiten oder Problemen aufrechtzuerhalten. Gerade weil Liebe eine Leistung der Psyche ist, zeigt sie sich besonders dann, wenn der Partner die eigenen Erwartungen enttäuscht. Liebe findet daher ihren Beweis in ihrem selbst-bezüglichen Ursprung. Es heißt nicht: „Ich liebe dich wegen





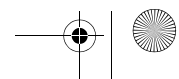
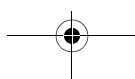
dieser oder jener Charaktereigenschaft oder Qualität oder weil du dich entsprechend meinen Erwartungen verhältst“, sondern: „Ich liebe dich, weil ich mich entschieden habe, dich zu lieben, unabhängig davon, ob du meinen Erwartungen entsprichst.“⁴

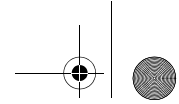
Wenn also Liebe ein originär psychologischer Prozess ist, ein Prozess, der der Psyche entspringt, dann sollten wir, um herauszufinden, wozu uns dieser Prozess befähigt, fragen, was die besonderen Eigenschaften dieses Prozesses sind und wann er, unabhängig von externen Faktoren, auftritt. Wir sollten also nicht fragen, welche äußeren Bedingungen, wie etwa sozialer Stand, physische Attraktivität, „gute“ Gene des potentiellen Partners, notwendig sind, damit jemand lieben kann. Die eigentliche Frage lautet vielmehr: Wie sehen die eigentlichen psychologischen Dispositionen aus, die das Lieben überhaupt erst möglich machen bzw. in Gang setzen, oder mit anderen Worten: Wann sind wir bereit zu lieben, oder noch präziser: *Wann* ist Liebe?

Aus dieser Fragestellung können wir schon eine weitere, wenn auch zunächst trivial erscheinende Konklusion ziehen: Lieben, als Prozess, geschieht immer in der Gegenwart. Man kann nicht in der Vergangenheit lieben; man kann nur in der Vergangenheit geliebt *haben*. Man kann auch nicht in der Zukunft lieben; man kann nur in der Zukunft lieben *wollen*. Entweder liebt man jetzt oder gar nicht. Und das heißt auch – einen Schritt weiter gedacht – entweder *kann* ich *jetzt* lieben oder eben nicht. Und noch deutlicher formuliert (da Liebe ein Prozess ist, der systemisch betrachtet, ob nun bewusst oder unbewusst, in der Gegenwart immer aufrechterhalten wird oder werden kann): *Will* ich jetzt lieben oder *will* ich jetzt nicht lieben?

Wir gleiten hiermit bereits weit in die psychologische Abstraktion ab: Inwieweit hängt z.B. unsere Fähigkeit zu lieben von unserem Willen zu lieben ab? Inwieweit heißt *wollen* auch tat-

4. Dies ist in gewisser Hinsicht nur eine nominelle Aussage, denn es hängt auch von dem Grad der Selbst-Bewusstheit des Individuums ab, ob es sich tatsächlich bewusst und willentlich für Liebe entscheiden kann, oder ob das z.B. seine Konditionierungen für ihn übernehmen. Doch unabhängig von Bewusstheit und Unbewusstheit bleibt die Tatsache bestehen, dass Liebe einen psychischen Prozess voraussetzt. Im besten Fall kann man lernen, auf das Zustandekommen dieses Prozesses willentlich Einfluss zu nehmen.





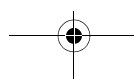
sächlich *können*? Können wir argumentieren, dass nur dann ein wirkliches *Wollen* vorliegt, wenn auch wirklich *gekonnt* wird? Das heißt, impliziert *Wollen* immer einen bewussten Akt, der erfolgreich umgesetzt wird? Ich befürchte, ich werde hier diese Fragen nicht umfassend und aus sich selbst heraus beantworten können, und muss den Leser daher auf weiterführende Untersuchungen in Bezug auf die Beziehung von Wille und Liebe verweisen.⁵

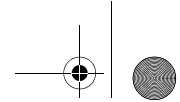
(Un)entscheidbare Fragen

Folgt man Heinz von Foerster, so gibt es prinzipiell entscheidbare Fragen und unentscheidbare Fragen. Entscheidbare Fragen sind der Art: „Ist die Zahl 234.354 durch 2 teilbar?“ oder „Wie viele Monde hat das Sonnensystem?“ Es ist nicht wirklich schwer, diese Fragen zu beantworten. Unentscheidbare Fragen sind jedoch die, deren Beantwortung wir paradoxerweise immer wieder neu entscheiden müssen, weil deren Beantwortung sich nicht einfach durch Vernunft ergibt, sondern ganz entscheidend von unserer Erfahrung und unserem Glaubenssystem abhängt: Was bedingte den Urknall? Wie endet dieses Universum (wenn es endet)? Unser Verstand reicht nicht aus, diese Fragen ein für alle Mal zu lösen. Wir können uns einer Lösung annähern, wie eine *Passante*, aber wir werden niemals den Punkt treffen. Denn wir entwickeln uns und mit uns unsere Erfahrung und unsere möglichen Antworten. Normalerweise entscheiden wir solche unentscheidbaren Fragen im Kontext unserer persönlichen Glaubenssysteme oder unseres kulturellen Backgrounds, und laut von Foerster sind es genau diese unentscheidbaren Fragen, die unser Leben, Forschen und Streben so aufregend machen.

Was ist Liebe? Auch hier haben wir es mit einer unentscheidbaren Frage zu tun. Jeder Mensch, jede Kultur und jede Generation beantwortet sie anders. Jeder Mensch und jede Kultur muss sich dabei neu entscheiden und neue Antworten finden, muss mit sich selbst ringen und sich mit anderen auseinandersetzen. Es

5. Amarque, Tom, *Der Wille*, 2009.

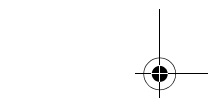
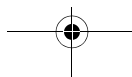
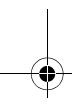
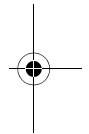
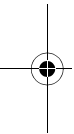


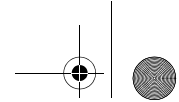


funktioniert schlicht nicht, zu sagen: Liebe ist dies oder das, und damit basta! Unsere Erfahrung und unser Wachstum macht unserem Versuch, Liebe ein für alle Mal zu definieren, stets einen Strich durch die Rechnung. Denn mit jeder Erfahrung verändert – möglicherweise erweitert – sich unser Verständnis von Liebe.

Die Frage *Was ist Liebe?* ist wahrscheinlich die wichtigste unentscheidbare Frage, die es überhaupt gibt. Sie bestimmt nicht nur unsere Selbstauffassung – also wie wir zu uns selbst stehen, ob und wie wir uns selbst lieben – sondern auch, wie wir mit anderen umgehen, anderen Menschen, anderen Tieren, aber auch mit der Welt per se. Je nach dem, wie ein jeder Mensch die Frage nach der Natur der Liebe für sich selbst beantwortet – sei es explizit, indem man darüber sinniert oder spricht, oder implizit, indem man irgendwelche kulturell tradierten Konzepte der Liebe übernimmt – entscheidet er sich somit auch für einen Umgang mit der Welt und sich selbst gegenüber: Das bin ich, so liebe ich und so beziehe ich mich auf andere.

Liebe ist nicht umsonst eines der großen Themen oder Angelegenheiten der Menschheit. In unserem philosophischen Bestreben, eine Antwort darauf zu finden, drückt sich der Kern unserer Existenz aus. Wir besingen die Liebe mit fast jedem Song, der im Radio läuft, und es gibt kaum einen Film, in dem es nicht auch irgendwo um Liebe geht. In unseren naturwissenschaftlichen Unternehmungen drückt sich Liebe aus, indem wir versuchen, Krankheiten und Not zu verringern und Lebensqualität zu verbessern, und der Kern nahezu jeder religiösen oder spirituellen Tradition besteht darin, sich der kosmischen oder göttlichen Liebe zu öffnen. Mit jedem Versuch, eine Antwort auf die Frage *Was ist Liebe?* zu finden, gehen wir ein Schritt auf uns selbst zu und erkennen uns ein klein wenig mehr. Und doch werden wir diese Frage niemals endgültig beantworten können.





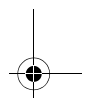
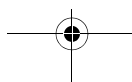
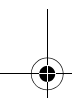
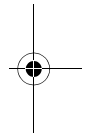
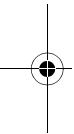
Leitbilder

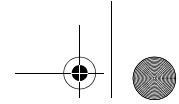
Ich möchte aber nun wieder auf die Frage *Wann ist Liebe?* zurückkommen. Mit diesem Ansatz frage ich nicht nur danach, wann wir selbst bereit sind zu lieben, sondern ich frage damit implizit auch, *wie* sich Liebe offenbart, wenn sie sich offenbart. Wie können wir also den Prozess des Liebens begreifen?

Im Allgemeinen zeigt sich Liebe in der Zuneigung, aber auch in der Hingabe an eine Person, eine Idee oder eine Sache. Doch wie können wir den internen psychischen Prozess der Zuneigung und der Hingabe begreifen? Jeder weiß, wie sich Hingabe oder Liebe *anfühlt*. Aber was genau ist Hingabe?

In seiner am einfachsten zu begreifenden Form involviert Liebe als Prozess Gedanken, Gefühle, Handlungen und Erfahrungen. Diese Elemente des Prozesses zeigen bei der Liebe stets auf etwas anderes als den Erzeuger dieser Gedanken und Gefühle, Zuneigung bezieht sich auf etwas anderes als den Erzeuger der Liebe, bezieht sich immer auf den anderen. Freilich kann man auch sich selbst zugeneigt sein oder sich selbst lieben („Selbstliebe“). Doch auch in dem Fall involviert Liebe ein Leitbild, nämlich sich selbst als Individuum, das als getrennt von dem Prozess des Liebens betrachtet wird.

Am ehesten könnte man argumentieren, dass Liebe ein Leitbild oder einen Leitgedanken involviert, der alle anderen Gedanken, Gefühle, Handlungen und Erfahrungen ausrichtet. Dieses Leitbild oder Liebesobjekt kann eine oder mehrere Personen, Idee(n) oder Sache(n) sein. Offensichtlich liebt man *etwas*. Ohne dieses Objekt der Liebe kann sich keine Liebe entfalten bzw. kein Prozess des Liebens in Gang gesetzt werden. Die Funktion des Leitbildes ist es dann, die Selektion von weiteren Gedanken, Gefühlen, Handlungen und Erfahrungen zu gewährleisten. Das, was man liebt, färbt dann unseren Alltag und bestimmt unsere Handlungen. Doch reicht diese Beschreibung zur Charakterisierung von Liebe aus? Wenn ich zum Beispiel eine Person liebe, dient diese Person psychisch intern als Leitbild, um künftige Gedanken und Gefühle, Handlungen und Erfahrung etc. auszurichten. Doch dies sagt





noch nichts über die Art von Handlungen aus, die durch das Leitbild angeregt werden.

Selbstreferenz und Fremdreferenz

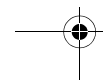
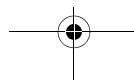
Wann ist Liebe? Die einfachste Antwort wäre: Liebe ist immer dann, wenn alles andere, was nicht Liebe ist, nicht ist. Doch ist dieser Ansatz gültig? Können wir den Prozess der Liebe tatsächlich von allen anderen psychologischen Phänomenen und Prozessen trennen? Oder ist es nicht vielleicht sogar so, dass Liebe die gesamte psychologische Weltformung und -erfahrung und alle zugrunde liegenden Prozesse „färbt“ und beeinflusst? Sehen wir die Welt nicht mit anderen Augen, wenn wir lieben, unabhängig davon, was wir beobachten? Das heißt: Welche Funktion hat der Prozess der Liebe für alle anderen Prozesse und in welcher Beziehung steht der Liebesprozess zu anderen Prozessen der Psyche?

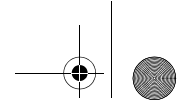
Für den Systemtheoretiker Niklas Luhmann heißt Liebe immer auch eine laufende Mitbeobachtung dessen, was man liebt, und zwar in allen Lebenslagen.⁶ „Beobachten“ heißt dabei immer, „prozessieren von Differenzen“, von Unterscheidungen also: Dies im Gegensatz zu jenem. Alles Beobachten basiert dabei, folgt man Luhmann, auf der grundsätzlichen Dichotomie von Einheit und Hintergrund: Wir können das, was wir unterscheiden, nur im Kontext aller anderen Unterscheidungen tun, die wir vorher getroffen haben.⁷ Daher ist Beobachten immer auch ein laufender psychischer Prozess, der, wenn geliebt wird, das integriert, was geliebt wird.

Ein weiterer wichtiger Aspekt unserer Überlegungen besteht darin, dass, egal welche Sinnesreize aus der externen Welt das Nervensystem anregen, die psychische Repräsentation dieser Ereignisse immer psychisch intern verläuft: Was und wie wir beobachten, hängt von den Regeln und der Geschichte der Selektion ab.

6. Vgl. Luhmann, Niklas, *Liebe als Passion*, 1982, S. 25.

7. Vgl. Luhmann, Niklas, *Soziale Systeme*, 1984, S. 346 – 377.





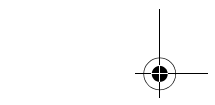
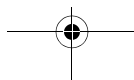
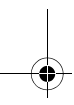
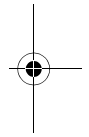
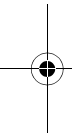
tion der Beobachtungen der Psyche ab. Was wir beispielsweise an unserem Liebespartner beobachten, wird auch bestimmt von unseren psychischen Mechanismen, Interpretationen und psychisch internen Kontexten sowie davon, welche kognitiven Unterscheidungen wir im Laufe unseres Lebens getroffen haben. Mit anderen Worten: Unsere persönliche Geschichte färbt stets unsere gegenwärtigen Beobachtungen.

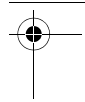
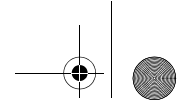
Wichtig ist: Wir können diese psychischen „Leitbilder“ oder auch Vorstellungen dessen, was wir lieben, nun external oder internal *zurechnen*, und uns damit entweder selbstreferentiell oder fremdreferentiell verhalten. Das heißt, wir können etwas lieben, das wir außerhalb von uns lokalisieren, wie etwa einen Partner, oder internal lokalisieren, wie z.B. ein moralisches Ideal.

Da laufendes „Mitbeobachten“ dessen, was man liebt, in jedem Fall ein psychologischer Prozess ist, kann man Liebe aus einer Metaperspektive betrachtet als einen Prozess begreifen, der andere Prozesse oder Strukturen – nämlich das, *was* man liebt – inkorporiert oder integriert. Wird also das Leitbild oder der Leitgedanke (dessen, was man liebt) Teil dieses laufenden Prozesses der Beobachtung, so kann man in dem Sinne von Liebe sprechen.

Wir integrieren beispielsweise *unsere eigenen* kognitiven Vorstellungen davon, was der andere erwartet oder wie er die Welt erfährt, in unsere eigenen Beobachtungen *von* der Welt wie auch in unsere Handlungen *in* der Welt. Diese laufende Integration des Anderen (oder einer Idee, eines Ideals, eines Objektes) in unsere eigenen Beobachtungen und Handlungen ist das wesentliche Kennzeichen der Liebe.

Das heißt, dass Liebe, obwohl sie immer auf etwas anderes zeigt, psychologisch betrachtet aus reiner Selbstreferenz erwächst, d.h. sie findet ihre Ursache immer in der Psyche oder dem Selbst dessen, der liebt. Gleichzeitig zeigt sie immer auf etwas anderes als dieses Selbst. In diesem Sinne ist Liebe die paradoxe Einheit von reiner Selbstreferenz und reiner Fremdreferenz: Immer allein aus uns selbst erwachsend, immer auf etwas zeigend, was über uns selbst hinausreicht. Umgekehrt gilt: Zeigt die Liebe nicht über uns selbst hinaus, so ist es keine Liebe – so viel ist jedem intuitiv klar. Schwerer zu erfassen ist: Entspringt die Liebe nicht aus reiner Selbstreferenz, aus uns selbst, so ist es auch keine Liebe.





Denn Liebe wird immer in der Gegenwart geformt, von uns selbst; geschieht dies nicht, ist da kein Wille zur Liebe, so kann auch keine Liebe erwachsen.

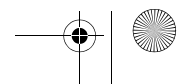
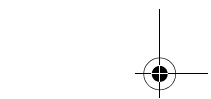
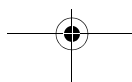
Wir können unsere Frage *Wann ist Liebe?* also vorläufig beantworten mit: Immer dann, wenn wir diese Dualität von Selbstreferenz und Fremdreferenz überwinden und damit Einheit und Integration des aus uns selbst hervortretenden Liebesaktes mit dem, was wir lieben, also mit dem fremdreferenziell zugerechneten Prozess oder Struktur, vornehmen, dann lieben wir.

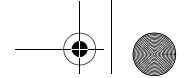
Dialektische Liebesbeziehungen

Eine wichtige Konsequenz der Liebe besteht darin, dass man durch die laufende Mitbeobachtung des anderen seine eigenen internen kognitiven Prozesse verändert. Man beginnt ja, die Erwartungen des anderen – bzw. unsere Konzepte davon, was der andere erwartet – zu erwarten. Man stellt sich auf den anderen ein, passt sein Leben einander an. Und es mögen durch diese gegenseitige Inbezugnahme der Liebenden in zunehmendem Maße jene faszinierenden „Schelling-Points“⁸ auftreten, bei denen sich die internen Prozesse der Liebenden so angeglichen haben, dass man in bestimmten Situationen zu ähnlichen Gedanken kommt; man fährt beispielsweise auf der Autobahn oder geht spazieren, und nach ein paar Minuten des Schweigens erinnert sich der eine an ein Ereignis, erzählt es dem Partner, der verblüfft ausruft: „Du, da hab ich auch gerade dran gedacht!“ Mit anderen Worten: Durch Liebe wird es möglich, gewissermaßen eine „Feineinstellung“ seiner kognitiven Prozesse vorzunehmen und eine Einheit mit denen des Partners zu erzeugen. Und nicht nur das: Man stimmt gemeinsam die Welterfahrung (und auch Selbsterfahrung) aufeinander ab.

Liebe erscheint dann als ein Metaprozess, durch den man seine eigenen inneren Abläufe (am anderen) verändert. Der andere⁹ kann dann zum Richtwert werden für die Veränderung

8. Ein Konzept des Sozialwissenschaftlers Thomas C. Schelling.





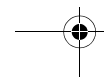
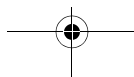
der eigenen Prozesse. Wird genau diese Interpenetration, diese wechselseitige Inbezugnahme zwischen zwei oder mehreren Menschen, die Zuneigung zueinander fühlen, bewusst intendiert, so nenne ich das eine *dialektische Liebesbeziehung*, also eine Liebesbeziehung, die nicht nur auf dem *Gefühl* Liebe und Zuneigung basiert, sondern auf dem gemeinsamen moralischen Imperativ, sich gemeinsam und aneinander zu verändern (bzw. zu wachsen) und dabei den anderen als Maßstab für die eigene Weiterentwicklung zu nehmen.

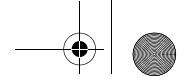
Der Begriff *dialektisch* bezieht sich hier auf die Verwendung des Entwicklungspsychologen Michael Basseches¹⁰, der damit eine kognitive Fähigkeit von Individuen beschreibt, die im Erwachsenenalter entwickelt werden kann. *Dialektisches Denken* besteht darin, sich und andere als stets in Prozessen der Veränderung oder einfach Entwicklungsprozessen befindlich zu begreifen. Das heißt, es geht – ganz allgemein betrachtet – darum, zu erkennen, dass z.B. der Partner ganz individuelle Entwicklungsprozesse durchläuft, die von den eigenen in der Regel verschieden sind. Dialektisches Denken zeichnet sich nun darin aus, die Entwicklungsprozesse aller Beteiligten würdigen und integrieren zu können. Anstatt nun besonders in Konfliktsituationen in „Entweder-oder“-Manier zu versuchen, die eigene Weiterführung (die auf diesen Entwicklungsprozessen basiert) der des Partners vorzuziehen (oder umgekehrt), schlägt dialektisches Denken eine „Sowohl-als-auch“-Haltung vor, die dialektische Lösungen ermöglicht; also Konfliktlösungen, die das weitere psychische Wachstum aller Beteiligten fördern.

Dementsprechend basiert eine dialektische Liebesbeziehung ebenso auf Zuneigung wie auch auf der Erkenntnis, dass wir nicht anders können, als uns stetig zu verändern. Dies stellt eine radikale Erweiterung von traditionellen Beziehungskonzepten dar, die auf Zuneigung sowie der Erwartungshaltung von sozialem Status, Familienplanung und Sicherheit basieren. Eine dialek-

9. Oder das moralische „Ideal“, das man liebt, oder gar der Welt selbst, wie bei der allumfassenden Liebe.

10. Basseches, (Prof.) Michael, *The Development of Dialectical Thinking as an Approach to Integration*; Integral Review, 1/2005.





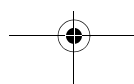
tische Liebesbeziehung integriert diese erwähnten Aspekte, nutzt jedoch auch das Potential der Andersartigkeit des anderen, um die eigenen internen Prozesse stets neu auszurichten. Sie ist demnach evolutionär betrachtet eine neuartige Beziehungsstruktur, die die vorherigen Strukturen integriert und transzendiert. Dialektisches Denken basiert auf einer höheren Bewusstheit über die eigenen internen Prozesse und wie diese zu steuern sind.

Ein Beispiel: Ich erfahre Liebe, wenn ich mich bedingungslos von meiner Eifersucht befreie. Eifersucht stellt sich mir als etwas innerlich Bedrängendes dar, egal welchen Anlass sie findet; ich erfahre Eifersucht als einen internen psychischen Prozess, der aus mir selbst entsteht und der *a priori* nichts mit dem Verhalten meines Partners zu tun hat – obwohl ich, wie wohl jeder andere auch, die Tendenz in mir trage, den anderen für meine Eifersuchtsgefühle verantwortlich zu machen. Aber ich erzeuge diese Eifersucht, nicht mein Partner. Ich bin für diesen internen Prozess verantwortlich. Wenn ich diese Eifersucht überwinde, indem ich möglichst egofrei das Wohl und Glück und die Eigenverantwortlichkeit meines Partners als Maßstab nehme, so vollbringe ich in dieser Selbstveränderung einen Akt der Liebe. Ist nicht genau dies jene „bedingungslose“ Liebe, wenn ich lieben kann, egal was mein Partner tut?

Jemand, der fähig ist dialektisch zu denken, könnte in dem Fall leicht erkennen und beschreiben, dass das eigentliche Problem ein Eifersuchtsproblem ist, unabhängig vom Verhalten des Partners, der dafür zunächst einmal keine Verantwortung trägt. Eine dialektische Liebesbeziehung nutzt und forciert solche Differenzen in der Welterfahrung der Partner zum Zwecke der gemeinsamen Weiterentwicklung.

Die Gefahr der Liebe

Da Liebe auch ein Prozess ist, besteht stets die Gefahr, dass dieser Prozess endet. Liebe zeigt sich dann in der Überwindung dieser Schwierigkeit, konstant zu lieben. Wann ist Liebe? Genau dann, so viel sahen wir schon, wenn wir uns für die Liebe ent-





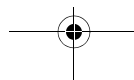
scheiden und den Prozess in Gang setzen oder fortführen. Der Wille zur Liebe entscheidet über das Wohl des Liebenden.

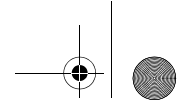
Dieses Überwinden der Möglichkeit des Aufhörens der Liebe ist damit ein besonderes Kennzeichen der Liebe. Es ist sicher nicht das einzige, aber doch ein bemerkenswertes Kennzeichen. *Wann ist Liebe?* Liebe ist genau dann, wenn wir ihr mögliches Ende überwinden. Liebe hätte keine Relevanz, wäre sie nicht auch mit gewissen Anstrengungen desjenigen verbunden, der liebt, *um weiter zu lieben*. Gerade weil Liebe nur in der Gegenwart geschehen kann. Natürlich ist Liebe auch angenehm. Doch reicht der Vollzug des Angenehmen aus, Liebe zu charakterisieren? Es ist schließlich einfach zu lieben, wenn man sich im Bereich des Angenehmen aufhält.

Ich denke, genau diese Überwindung, zu lieben jenseits des Angenehmen, ist der Grund, warum unser kollektives Gedächtnis Zeuge ist für die vielen großen Liebenden, die zu Gunsten der Liebe dem Tode getrotzt haben. Jesus Christus, der Gott der Liebe, starb für uns, indem er unsere Sünden auf sich nahm.¹¹ Die Geschwister Scholl handelten in dem klaren Bewusstsein, dass der Kampf für die demokratische Freiheit ihnen den Tod bringen könnte, was dann ja auch der Fall war. Sokrates starb freiwillig zum Wohle der Idee des Staates. William Wallace starb für die Freiheit Schottlands, Hipatia für die geistige Freiheit Griechenlands, Giordano Bruno für die geistige Freiheit der Welt. Sie alle gelten in unserer Kultur als höchste Sinnbilder der Liebe, ja als Liebeshelden, deren Taten weit über ihr eigenes Wohl hinausreichten. Sie alle waren eher bereit zu sterben, als ihre Vision der Liebe aufzugeben. Sie alle entschieden sich bewusst dafür, lieber zu sterben als ihre Überzeugungen zu verraten. Sie alle, und dieses ist nur eine Kleinstauswahl aus der Geschichte, sind gewissermaßen einen Letztbeweis ihrer Liebe angetreten.

Zusammengefasst heißt das: Ich verstehe Liebe als Handlung, als Prozess, und ich liebe dann, wenn ich mich selbst für jemanden verändere, um mehr lieben und zum Wohle des anderen handeln zu können. Ich liebe dann, wenn ich in bestimmten Situationen, in denen ich dazu neige, nicht mehr zu

11. Zumindest in der Interpretation von Paulus.





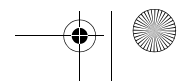
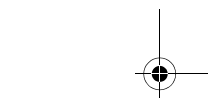
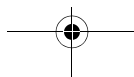
lieben, meine inneren Prozesse unterbreche, neu ausrichte und mehr liebe. Und ich möchte diese Neigung, den Prozess des Liebens zu unterbrechen, nun „Ego“ nennen.

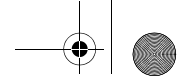
Das heißt, wenn ich praktisch von meinem Ego und damit auch von meinen eingefleischten Meinungen, meinen Charakterzügen, meinen Bedürfnissen und Neigungen, meinen Idiosynkrasien und Erwartungen ablassen kann, um neue Freiräume und Ressourcen zu erlangen, die nötig sind, um für den anderen oder für meine Vision der Liebe zu kämpfen, dann liebe ich. Kurz, wenn ich für jemanden oder etwas mein Egos loslasse und dadurch zu Liebeshandlungen fähig werde, die mein Ego vorher blockiert hatte. Genau hier liegt die innige Beziehung zwischen Lieben-Können und Sterben-Können. Das eine ist nur durch das andere möglich und denkbar. Prozessual gesprochen: Ich liebe dann, wenn ich die alten Pfade meiner psychischen Prozesse überwinde und neue forme, und zwar zum Beispiel anhand des Verhaltens meines Partners. Wenn Lieben ein Prozess ist, dann zeigt sich dieser Prozess genau darin, andere und alte interne Prozesse meiner selbst zu überwinden.

In diesem Sinne ist es leicht, zu argumentieren: Je mehr ich mein Ego loslasse, umso mehr kann ich lieben. Und es wird mehr als ersichtlich, dass der eigene Tod, nämlich der meines Egos, zum Referenzwert für die tatsächliche Liebe wird. Dies ist keine wilde Spekulation, sondern kann von jedem Elternteil bestätigt werden, der trotz des *egoischen* Bedürfnisses, die Nacht durchzuschlafen, dennoch aufsteht und dem weinenden Kind ein Wiegenlied singt. In dieser Veränderung, indem ich immer mehr von mir bzw. meinem Ego ablegen kann, kommt die größte Liebe zum Ausdruck, das Ziel allen Yogas und aller Weisheitsreligionen und -philosophien: *Wenn Du Dir selbst abstirbst, erfährst Du die lebendige Liebe.*

Den Muskel „Liebe“ zu trainieren, heißt demnach nichts anderes, als von seinen *egoischen* Vorstellungen abzulassen und in das Unbekannte zu springen; heißt: ins Unbekannte springen zu wollen.

Aus all dem wird ersichtlich, dass Liebe immer durch den Willen genährt und gerichtet werden muss, wenn die Liebe wachsen soll, denn ohne den Willen zur Ablösung des Egos, den





Willen zur psychischen Entwicklung und den Willen zur Liebe muss die Liebe profan, oberflächlich und reine Ego-Bestätigung bleiben. Ohne den moralischen Willen zur Weiterentwicklung kann sich auch die Liebe nicht entwickeln und erweitern, sondern muss auf dem bekannten Terrain unseres Alltags verbleiben. Und wenn wir die kleinen Zänkereien unseres Alltags und die größeren auf der politischen Bühne betrachten: Wie sehr können wir auf eine kleine Liebe, die sich auf bekanntem Terrain bewegt, vertrauen? Wie viele Beziehungen scheitern an zu wenig Liebe und dem Mangel am Willen zur Liebe, wie viele Kriege geschehen durch zu wenig Liebe, wie viele Menschen sterben an zu wenig Liebe? Müssen wir nicht, um mit Gandhi zu sprechen, uns zunächst einmal selbst verändern, bevor wir die Welt verändern und verbessern wollen? Und ist dies nicht jene Liebe, von der ich hier spreche, nämlich jene Liebe, die auf dem Willen zur Entwicklung – hin zu mehr Liebe – basiert?

