

Lindau 2013

Liebe — die transformierende Kraft in Beziehungen und Gesellschaft

Wer nichts weiß, liebt nichts.
Wer nichts tun kann, versteht nichts.
Wer nichts versteht, ist nichts wert.
Aber wer versteht,
der liebt, bemerkt und sieht auch.
Je mehr Erkenntnis einem Ding innewohnt,
desto größer ist die Liebe.
Wer meint, alle Früchte
würden gleichzeitig mit den Erdbeeren reif,
der versteht nichts von Trauben.
Erich Fromm

Auf der diesjährigen Tagung mit nur einem Themenwort „Liebe“ („Die transformierende Kraft in Beziehungen und Gesellschaft“, so der Untertitel) machte die scheidende Vorsitzende des Vorstands und jetzige Ehrenpräsidentin Prof. Dr. Verena Kast gleich im ersten Satz ihrer Begrüßung deutlich, wovon diese Tagung handeln wird.

„Wir begehren, was wir nicht selber sind. Die Liebe als Eros möchte haben, was sie nicht besitzt.“ Liebe könne aber auch einfach ein sich Freuen aneinander bedeuten. Sie sei wesentlicher Aspekt unseres Menschseins, wenngleich Therapie meist mit den Schattenseiten von Liebe als Hass und Destruktion zu tun bekommt. Insofern seien Liebe, Therapie und wohl auch Seelsorge ein „Statement gegen das Zerstörerische“, indem sie ihre verwandelnde Kraft zeigen.

In diesem Sinn kann man verstehen, dass am Anfang nicht so sehr die Fehlformen der Liebe thematisiert wurden. Mit dem Münchner Arzt Dr. Karl Heinz Brisch ging es um „Bindung“. Sein Thema „Wie die Liebe Wurzeln schlägt - Die Entwicklung von Bindung, Bindungsstörungen, Therapie und Prävention“.

Menschen, so Brisch, brauchen Berührung, und Liebe sei mehr als Gefühl. Liebe habe vielmehr verschiedene Wurzeln.

Brischs Forschungsschwerpunkt umfasst den Bereich der frühkindlichen Entwicklung mit der Frage: Wie entstehen Bindungsprozesse und wo liegen ihre Störungen? Bindung sei (mit dem englischen Kinderarzt und Analytiker John Bowlby) das „gefühlstragende Band, das eine Person zu einer anderen spezifischen Person anknüpft und das sie über Raum und Zeit miteinander verbindet.“



Und so war es mehr als ein Symbol, das auf seinen präsentierten Powerpointbildern regelmäßig ein grünes Pflänzchen am Rand erschien. Emotionale Bindung sichere denn auch das Überleben und die Entwicklung des Säuglings, wobei die Bindungsperson als „sicherer Hafen“ für das Baby zu gelten habe.

Das beginne für Eltern bereits vor der Schwangerschaft mit den Fragen:

Kommt die Liebe zum Kind von selbst? Kann man ein Kind immer lieben? Reicht die Liebe für ein weiteres Kind?

Mit ausgewählten Videosequenzen wies der Referent nach, wie durch Angst und Trennung das Bindungsbedürfnis aktiviert wird und wie durch körperliche Nähe zur Bindungsperson sich eben dieses Bedürfnis nach Bindung wieder beruhigt.

Der Referent unterscheidet dabei sichere von unsicherer oder sogar desorientierter Bindung. Sichere Bindung könne man daran erkennen, dass der Säugling gegen Trennung protestiert, weint, die Bindungsperson ruft und sucht, sich dann aber, wenn die „Mutter!“ zurückkehrt und das Kind auf den Arm nimmt, wieder beruhigt. Ein unsicherer Säugling protestiert kaum gegen die Trennung und zeigt auch keinen Wunsch nach Körperkontakt, wenn die Bindungsperson zurückkehrt.

Desorientierte Bindung zeigt sich bei Eltern mit unverarbeitetem Trauma: Sie seien eher hilflos im Umgang mit ihrem Kind und machen ihm Angst, weil sie selber Angst haben vor ihrem Kind.

Die Behandlung von frühen Störungen sollte, so der Referent, möglichst früh beginnen. Sie verlaufe in bestimmten Phasen über den Versuch, zunächst eine sichere Bindung herzustellen, über das Erzählen (Exploration) der Lebensgeschichte, über eine Art Wiederbelebung in der Übertragung, über dann folgende Bearbeitung der Realtraumata bis hin zur Veränderung von Realbeziehungen.

Man könne dann später in immer längeren Intervallen dafür sorgen, dass die sichere emotionale therapeutische Beziehung weiter wirke. Sie müsse nicht abrupt aufgelöst werden.

Brisch stellte zum Abschluss das von ihm entwickelte Konzept SAFE (Sichere Ausbildung Für Eltern) vor. Es fördere systematisch psychische Gesundheit von Eltern und Kindern, entwickle mit ihnen sicheres Bindungsverhalten, sensibilisiere Eltern für die emotionalen Bedürfnisse ihrer Kinder und übe mit ihnen feinfühliges Reagieren ein, mache aber auch elterliche Traumatisierungen zum Thema und suche so „Teufelskreise“ zu durchbrechen.

Der Arzt vergaß nicht zu erwähnen, dass zu den Wurzeln der Liebe Transzendenz gehöre. So sei für Eltern, die ihr Kind verloren haben, wichtig, dass sie einen „stabilen transzendenten Ort“ fänden.



Mit Janus Korczak: Die Arbeit mit Kindern ermüde dann nicht, wenn „wir zu ihren Gefühlen emporklimmen müssen. Emporklimmen, uns ausstrecken, auf die Zehenspitzen stellen, ... um nicht zu verletzen.“

Abends erzählte dann die erfahrene Bielefelder Erzählerin Helga Catharina Lügert drei Märchen zu „Von Liebeslust und Liebesfrust“: Brüder Grimm, Afghanistan und Indien.

Eindrucksvoll und im Gedächtnis blieb das indische Märchen von dem Wunsch der Prinzessin nach der „blauen Rose“ (nicht blaue Blume). Wer sie ihr brächte, den würde sie heiraten. Aber als sie einem singenden Wanderburschen begegnete, mit ihm sang und lachte und der ihr nicht eine blaue, sondern eine weiße Blume brachte, sagte sie: Ja, die ist blau. Und ihr anderen seid alle farbenblind. Aus Liebe das Weiße als blau zu akzeptieren, auch das ist eine Möglichkeit wie Liebe gelingen kann.

Anknüpfend an den Vortrag des Sonntags zeigte der Zürcher Psychologe und internationale Paarforscher Prof. Dr. Guy Bodenmann „Was Paare stark macht oder wie man die Liebe erhält“.

Was also tut einer Beziehung gut und was bringt sie eher zum Verschwinden? Auch er wählte die Pflanze als Metapher seiner Ausführungen. Liebe sei eine Pflanze, die der Pflege bedarf. Aber während es im Eröffnungsvortrag von Karl Heinz Brisch um die Eltern-Kind-Beziehung ging und damit um die Wurzeln der Liebe und das Fundament unserer Liebesfähigkeit, stand im Mittelpunkt des Vortrags von Bodenmann die Liebe zwischen zwei Partnern, zwischen Mann und Frau.

Zu den Phänomenen der Liebe gehöre, dass sie nicht immer gleich stark sei. Zu Beginn sei die Zufriedenheit mit dem Partner in der Regel sehr hoch, mit der Zeit aber nehme sie ab. „Warum ist das so“, fragte Bodenmann, „warum verblasst die Liebe?“

Befragte nennen als Gründe die zunehmende Gewöhnung an den Anderen und ein Nachlassen der Faszination, aber auch überhöhte Erwartungen. Eine Frau, die anfangs die Großzügigkeit ihres Partners geschätzt habe, findet ihn später verschwenderisch. Und ein Mann, der eine Frau anfangs bezaubernd schön fand, ärgert sich plötzlich über ihre pubertäre Fixierung auf Äußerlichkeiten.

Und doch gibt es Paare, deren Liebe nicht abnehme. Bodenmann:

„Warum bleibt die Liebe bei den einen erhalten, warum nimmt sie bei den anderen ab? Wo geht sie hin? Verdampft sie, wird sie verschüttet?“ An dieser Stelle seines Vortrags kamen die Olivenbäumchen ins Spiel. Man kennt sie aus den Großmärkten, es gibt sie in kleinen Plastiktöpfen, sie haben alle die gleiche Größe. Wenn nun zehn Menschen je ein



Olivenbäumchen bekommen und man sie nach einem Jahr besucht, dann werden die Bäumchen unterschiedlich gediehen sein. Die einen sind gewachsen, die anderen haben Blätter verloren oder sind eingegangen.

Ähnlich verhält es sich mit einer Partnerschaft. Die eine wächst und gedeiht, die andere bröckelt. Bodenmann: „Die meisten Menschen nehmen an, dass Schönheit, Intelligenz, Macht, Status und Reichtum das Gelingen einer Partnerschaft garantieren. Aber vielversprechender sind Verbindlichkeit und Engagement, psychische Stabilität und die Bereitschaft, die Beziehung zu pflegen.“

Bodenmann nannte drei Kompetenzen, die das Gedeihen einer Partnerschaft fördern: eine gute Kommunikation im Alltag, die Fähigkeit, Konflikte gemeinsam zu lösen und gegenseitige Unterstützung in persönlichen und beruflichen Situationen.

Auf der Skala zwischen stabil glücklichen und stabil unglücklichen Beziehungen gebe es viele Abstufungen. Ob sich ein Paar trenne, hänge von der Höhe der Barrieren ab und der Existenz von Alternativen.

Zu den Barrieren zählte Bodenmann die religiöse Gebundenheit, die ökonomische und familiäre Situation.

Bodenmann: „Alternativen führen oft dazu, dass sich nicht nur unglücklich gebundene Paare trennen, sondern auch Paare, die eine befriedigende Beziehung haben.“

Im Verlauf einer Partnerschaft gebe es zwei gegenläufige Kurven. Mit der Dauer einer Liebe nehme zwar die gegenseitige Faszination ab, aber das Vertrauen und die Verbundenheit nehmen zu. Und so gebe es immer wieder Paare wie Philemon und Baucis, die zusammen auf eine gute Weise alt werden, und sich nur eins wünschen: zusammen zu sterben. Eine wichtige Ressource ist die Sexualität, auch in der zweiten Hälfte des Lebens. Bodenmann: „Wenn man sie nützt, bleibt sie auch erhalten.“

Aber auch die Einstellung zur Partnerschaft ist wichtig. Für die einen ist der Partner die wichtigste Vertrauensperson, die anderen legen Wert auf Distanz, die einen sind dem Partner freiwillig treu, die anderen nur dann, wenn sie keine Gelegenheit zur Untreue haben. Für Bodenmann ist die Liebe also eine täglich zu pflegende Pflanze. Wachsen tue sie dann von allein.



Ihm folgten, sozusagen auf der Makroebene, die für Prof. Dr. Margrit Kennedy eingesprungenen Prof. Dr. Christian Kreiß (Aalen) und Kathrin Latsch (Hamburg). Der Wirtschaftsprofessor und ehemalige Investmentbanker sprach, sozusagen biographisch umgestimmt, zum Thema: „Von der Herrschaft des Geldes zur Ökonomie der Verbundenheit“.

Er forderte nichts weniger als einen Paradigmenwechsel im ökonomischen Denken und Handeln. Assistiert und konkretisiert wurde er durch Filmbeispiele der Psychologin und Journalistin Kathrin Latsch, die sich auf alternative regionale Geldumläufe konzentriert hat. Kreiß zeichnete ziemlich dunkel die „unsichtbaren Zahlungsströme“, die daraus resultierende Machtkonzentration in den Händen weniger, die Rolle von Medien und Wirtschaftswissenschaft.

Sein Grundsatz, den er am Schluss einschärfte, lautete „Von Geld kann man nicht leben, man lebt immer von der Arbeit anderer Menschen“.

An verschiedenen Beispielen machte der Referent deutlich, dass vor allem die oberen 11 bis 18% der Bevölkerung ein schnell und überproportional wachsendes Vermögen anlegen können.

Kreiß zog den Vergleich zu Krebszellen und deren Wucherungsprozessen „Es wird heute“, zitierte der Referent den österreichischen Philosophen Carl Menger (bereits 1914), „für den Markt ohne Rücksicht auf Konsum produziert und dann wartet man, wie viel gekauft wird. Diese Tendenz wird immer größer werden, bis sie sich in sich selbst vernichten wird. Es entsteht dadurch im sozialen Zusammenhang genau dasselbe, wenn ein Karzinom entsteht, eine Krebsbildung, eine Karzinombildung, Kulturkrebs, Kulturkarzinom.“

Es gebe eben heute nicht mehr das sogenannte „Erlassjahr“ wie im alten Israel. Das war eine Art Ausgleichsregelung, um ungehindertes Wachstum, Konzentration und Ungleichverteilung bereits damals zu korrigieren. Heute herrsche eine zunehmende Ungleichverteilung, wie Kreiß an neuesten Zahlen und Schaubildern nachwies. Das bedeute, dass die Macht von Eliten und Kapitalbesitzern steige und dort gebündelt sei. Das habe Auswirkungen auf Recht und Freiheit, weil nicht demokratisch legitimierte Gruppen Entscheidungen träfen. Es entstehe ein „Mephistoprinzip“, das unbegrenztes Privateigentum propagiert, Zinseszins für gut und richtig hält, menschliche Alternativmodelle diskreditiert und schließlich in reinen Egoismus und Materialismus treibt.

Die Werbung Sorge dann dafür, dass wir, wie Kreiß sich ausdrückte, „geistig gestreamlined“ werden. Und selbst die Wirtschaftswissenschaft lasse nur bestimmte weltanschauliche Axiome zu, werde also selber zur Ideologie. Es gebe keine „Wissenschaftskarriere ohne Anerkennung der Axiome“, wie sie im „Mephistoprinzip“ erwähnt sind.



Lösungen in einer „Ökonomie der Verbundenheit“ seien allerdings möglich, deutete Kreiß am Ende seines Vortrages an: Man könne die Ungleichverteilung reduzieren, indem man die „Nicht Arbeits-Einkommen“ besteuere, Vermögenssteuer erhebe auf „nicht selbst genutztes Bodeneigentum“, Unternehmensanteile besteuere für Anteilseigner, die nicht im Unternehmen mitarbeiten, den Zinseszins aufhebe durch (in einigen Regionen schon bestehende) Freigelder oder Umlaufsicherungen (wie z.B. die Regionalwährung des „Chiemgauer“, die Kathrin Latsch vorstellte. Sie solle unabhängiger machen von den globalen Finanzmärkten). Im Gegenzug würden die Sozial- und Lohnkosten sinken, Reallöhne würden steigen, Arbeit für Unternehmer billiger werden und Neueinstellungen die Kaufkraft steigern.

Jeder Einzelne könne die Kehrseite des unnötigen Konsums beleben mit der Frage: Wo kann ich auf Unnötiges verzichten? Denn alles, was man von der Gemeinschaft in Anspruch nimmt, alles, was man beitragen könnte und nicht beiträgt, bewirke, dass alle anderen mehr arbeiten müssen.

Der Bankensatz: „Ihr Geld arbeitet für Sie“, sei falsch. Denn von Geld könne man nicht leben, „man lebt immer von der Arbeit anderer Menschen“.

Kreiß schloss mit Albert Schweitzer: „Der Auftrag, der uns heute gesetzt ist, lautet: uns selbst, unsere Umwelt, und die Strukturen dieser Welt zu heilen und zu heiligen“.

Angestoßen vom neuen Vorsitzenden des Vorstands der Gesellschaft Prof. Dr. Peer Abilgaard, selber Musiker, vertiefte der Montagabend das Liebesthema durch Musik und Lesung aus Briefen von Clara und Robert Schumann. Voller Innigkeit, aber auch mit viel Zerrissenheit spiegeln diese Briefe die sicher nicht einfache Beziehung der Musikerin und des Musikers wider. Von „Er ist gekommen in Sturm und Regen“ (Clara) bis hin zum Duett „So wahr die Sonne scheint“ gelangen der Sopranistin Anna Lucia Richter und dem Bariton Raoul Steffani hingebungsvoll gesungene Beziehungsszenen, begleitet von Christoph Stöcker am Flügel.

Die Liebesgeschichte von Clara mit Johannes Brahms hingegen bleibt letztlich rätselhaft und verschleiert. Robert und Clara ihrerseits konnten beide nicht ahnen, dass ihnen nur 16 gemeinsame Jahre bleiben würden, in denen acht Kinder geboren wurden und dass sie ihn um vier Jahrzehnte überleben würde.

Johannes Brahms, der Dritte im Bunde, versenkte einen Großteil seiner Briefe im Rhein. Aber aus den erhaltenen 800 wird deutlich, dass Clara Schumann die wichtigste Frau in seinem Leben war, der er in inniger Freundschaft und Liebe bis zum Tod verbunden blieb; ein Aspekt des Tagungsthemas, der nur als Schatten im Hintergrund geblieben ist.



Das Thema des Vortrags von Prof. Dr. Brigitte Dorst (Münster, wissenschaftliche Leitung der Gesellschaft) war: „Das Geheimnis des Lebens ist zwischen Zweien verborgen (C. G. Jung) - Der therapeutische Eros und die heilende Kraft der Liebe“.

Im Zentrum stand also, wie sich die transformierende Kraft der Liebe im therapeutischen Prozess zeigen kann.

Brigitte Dorst ging zunächst auf die Bedeutung der Wörter „Therapie“ und „Eros“ ein: Das griechische Wort therapeuein - dienen, pflegen, begleiten - verweist darauf, dass Therapie eine therapeutische Gefährtschaft meint, die jeweils etwas ganz Individuelles ist.

Welche Form auch immer die Zusammenarbeit hat, immer steht sie unter dem Einfluss von Eros als einem Prinzip der Bezogenheit. „Man könnte den Begriff des Eros in moderner Sprache als seelische Beziehung ausdrücken.“

Der therapeutische Eros entsteht zwischen TherapeutIn und PatientIn und bestimmt das je förderliche Maß an Nähe und Distanz, Holding und Konfrontation. Er bedeutet eine Form der Bezogenheit, die fürsorglich, ermutigend und schützend ist:

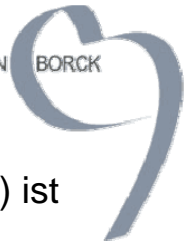
Der Begleiter stellt sich in den Dienst des Selbst des Patienten; die Patientin lässt sich ein auf die Therapie und die Person der Therapeutin. Die therapeutische Beziehung als zentraler Wirkfaktor für Veränderung und Heilung ist das Herzstück der Therapie. Sie ist ständig in Entwicklung und Veränderung und kann auch von komplexhaften, unbewussten Verstrickungen geprägt sein.

Sie hat verschiedene Ebenen: die reale zwischenmenschliche Ebene, das Arbeitsbündnis, die Übertragungs-/ Gegenübertragungsebene, die transpersonale Ebene. Eine ihrer Besonderheiten ist die rollenmäßig vorgegebene Asymmetrie, doch beide, Patientin und TherapeutIn, konstruieren die therapeutische Beziehung: sie wird vom Bewussten und Unbewussten beider bestimmt und gestaltet.

Die therapeutische Beziehung hat Chancen, Grenzen und Gefahren. Zu den Chancen gehören Befreiung, Entwicklung und Heilung, wobei „das Unvollkommene in der Heilung der Realfall und Regelfall ist“ (Günter Hole).

Zu den Gefahren zählen Grenzverletzungen durch unterschiedliche Formen von Machtmissbrauch.

C. G. Jung beschreibt die therapeutische Beziehung mit dem Symbol des Vashermeticum aus der Alchemie: Der Raum der Therapie ist wie ein geschlossenes Gefäß, in dem beide, TherapeutIn und Patientin,



„durchgeschüttelt“, beeinflusst und verändert werden. Jung betont, dass Therapie eine „Mensch zu-Mensch-Beziehung“ (GW 16, § 289) ist und dass es auf die Persönlichkeit des Arztes, der Therapeutin ankommt: „Nur das, was einer wirklich ist, hat heilende Kraft“ (GW 7, § 258).

Mit Bezug auf das von Daniel Stern und der Boston Change Process Study Group (BCPSG) entwickelte Paradigma „Veränderungsprozesse“ richtete Brigitte Dorst dann den Blick auf die besonderen Momente in der Therapie, in denen etwas Heilsames, eine Wandlung geschieht. Es geht um die sogenannten „now moments“, etwa das beiderseitige tiefe Angeührtsein von der Botschaft eines Traumes oder das Ritual einer Handreinigung bei einer Patientin, die einen sexuellen Missbrauch über ihre Hände erlebt hatte.

Zum Schluss ging Brigitte Dorst auf die Verbindung von Psychotherapie und Spiritualität ein. Für sie basiert die therapeutische Arbeit auf einem spirituellen Grundverständnis. Wenn es um ein wieder Heil-Werden des ganzen Menschen geht, muss der Raum der Therapie offen sein für das Numinose, für Sinnsuche und alle spirituellen Fragen, was sich auch in Haltung und Ausstrahlung der Therapeutin zeigt, u.a. in Achtsamkeit, der Kunst des Hörens mit dem „Dritten Ohr“, in Mitgefühl und der Fähigkeit, Hoffnung zu vermitteln.

Die transpersonale Dimension von Therapie ist die Erfahrung des Aufgehoben-seins in einem Größeren und Umfassenderen, im Kraftfeld einer universalen Liebe, die heilend wirkt. Die Heilkraft der Liebe wird durch verschiedene Forschungsergebnisse in Medizin und Psychotherapie gestützt. Psychotherapie als Arbeiten an Veränderung und Heilung kann letztlich als Akt der Liebe gesehen werden.

So schloss Brigitte Dorst mit einem Zitat von Erich Fromm: „Die Psychologie als Wissenschaft hat ihre Grenzen, und wie die logische Konsequenz der Theologie die Mystik ist, so ist die letzte Konsequenz der Psychologie die Liebe.“

Eingesprungen für die unmittelbar vor Tagungsbeginn erkrankte Autorin Johanna Mehrhof war spontan die Münchner Narzissmusfachfrau und Therapeutin Bärbel Wardetzki mit ihrem Vortrag „Wo die Liebe fehlt - wie narzisstische Beziehungen scheitern oder gelingen können.“

Am Beispiel eines tanzenden Paares auf einem Bild machte sie deutlich, wie sich in narzisstischen Liebesbeziehungen eher alles um den eigenen Vorteil dreht. „Alles steht im Dienste des eigenen Selbst: die Wahl des Menschen, auf den ich mich einlasse, die Art, wie ich mit ihm umgehe, die Entscheidung, was ich von mir zeige und was nicht, sowie die Erwartung, was der andere für mich erfüllen soll. Es geht weniger um den an-



deren Menschen an sich, als mehr um die Funktion, die er für mich, und das heißt in diesem Fall, für mein Selbsterleben hat“, führte die Referentin aus.

Aber zunächst seien narzisstische Liebesbeziehungen wie ein furioses Feuerwerk. Allerdings hinterlasse es, wenn es abgebrannt ist, dicke Luft und Brandgeruch. Das Feuerwerk kennt man in der „heißen“ Anfangsphase vieler Beziehungen. Aber um eine dauerhafte Beziehung zu leben, „brauchen wir beständiges Kerzenlicht, das nicht so aufregend, dafür aber stetig brennt.“ Aber genau das sei die Schwierigkeit in narzisstischen Beziehungen.

Die Referentin machte den Narzissmus jedoch nicht rundherum schlecht. Sie unterscheidet zwischen positivem und negativem Narzissmus.

Positiv sei, „wenn Menschen ein stabiles Selbstwertgefühl, Vertrauen in sich selbst und in den eigenen Wert haben, wenn sie Eigenliebe zeigten, die auch bei Misserfolg und Verlassenheit bestehen bleibt.“

Es falle positiven Narzissten leichter, die eigenen Grenzen ebenso zu respektieren, wie die Stärken zu schätzen. Deshalb brauchen sie sich und den anderen nichts oder nicht so viel vorzumachen. Negativ wirke der Narzissmus bei Menschen mit einem geschwächten oder instabilen Selbstwertgefühl. Sie seien in größerem Maße abhängig von der positiven Einschätzung der anderen, um ihren Selbstzweifel zumindest vorübergehend in Schach zu halten.

Natürlich gebe es zwischen diesen beiden Extremen vom stabilen Selbstwertgefühl bis zur narzisstischen Persönlichkeitsstörung viele Abstufungen.

Spannend sei jedoch, dass Narzissten sich gegenseitig suchten.

Wardetzki spricht dann von „Komplementärnarzissmus“: Während der gewöhnliche Narzisst offen sein Streben nach Dominanz, Egoismus und Misstrauen lebe, zeichne den Komplementärnarzissten (häufig Frauen) „dementsprechend ein verdeckter Narzissmus aus mit Gehemmtheit, übermäßiger Empfindlichkeit und hoher Selbstentwertung. Der Komplementärnarzisst besitzt eine ausgeprägte „Empfängerqualität“.

Das bedeutet, dass er sorgfältig zuhört, um Anzeichen von Kritik und Ablehnung zu registrieren. Er ist höchst sensibel gegenüber den Reaktionen anderer und vermeidet, im Zentrum zu stehen. Ihn prägen Empfindlichkeit, Gehemmtheit, Depressivität, Scham und Gefühle von Demütigung. Er passt sich an, um geliebt zu werden, verhält sich altruistisch und aufopfernd und meidet enge Bindungen aus Angst vor Zurückweisung.“

Beide jedoch verbinde etwas: Die Suche nach einem „Ja des Seinsdürfens“ (Buber). Sie hätten also beide den Wunsch, gesehen zu werden als die, die sie sind und nicht als die, die man sein soll.



Wer jedoch dieses Ja nicht erlebt hat, wird es zeitlebens im Partner oder der Partnerin suchen. Der Grundkonflikt dieser Beziehungen besteht einerseits in einer unsicheren Bindung und Ängsten vor Nähe, andererseits in der Sehnsucht nach Geborgenheit und Verschmelzung mit dem Anderen.

In diesem Zusammenhang ist Macht und Unterwerfung insofern ein Thema, weil im Fall narzisstischer Defizite die Betroffenen versuchen, ihr eigenes Selbstwertgefühl zu stabilisieren und ihr narzisstisches Gleichgewicht zu erhalten. Sie haben sozusagen ein ausgedehntes Ich („expandedself“), eine „vereinnahmende innere Haltung“ der Umwelt gegenüber, bei der der Andere seiner selbst beraubt wird.

Durch diese Selbsterweiterung zwingen narzisstische Menschen den Anderen unbewusst dazu, seine Definition von sich zu übernehmen. Der Andere wird so, wie ihn der Narzisst sieht oder sehen will. Und diese Anderen suchten geradezu den Blick des Narzissten und seien bereit, dafür einen hohen Preis ihrer Eigenständigkeit und Identität zu zahlen. Dafür bekämen sie eine Bezogenheit, die sie für Liebe und Nähe halten. Sie spürten die Manipulation und Fremdbestimmtheit aber erst spät und manchmal sogar nie.

Am Beispiel des Pygmalion Mythos in der Ovidschen Version deutete Bärbel Wardetzki an, wie narzisstische Liebesbeziehungen dennoch gelingen könnten. Zwar schaffe sich der Künstler selber ein Gegenüber, aber er liebt die von ihm geschaffene Figur mehr als sich und bittet die Göttin, sie lebendig zu machen. Sein liebender Blick erweckt sie sozusagen zum Leben. Das sei der springende Punkt: Wenn die Selbstverliebtheit und Selbstbespiegelung des Schaffenden einem liebenden Blick auf die Frau weicht, so wie sie ist, dann bekomme die Beziehung eine Chance. Denn dann könne auch die Geschaffene hebend den Mann erwecken.

„Koevolution“ nannte die Referentin diesen Prozess: Eine gesunde Form des Zusammenlebens und der gegenseitigen Beeinflussung der persönlichen Entwicklung; indem sie das eigene Selbstwertgefühl und die eigene Autonomie in der Beziehung auf eine Weise stärken, die die Partner nicht einschränkt, sondern bereichert.

In der Therapie habe man es mehr mit den Komplementärnarzissten zu tun. Sie sollen ermutigt werden, zuerst den Kontakt zu sich selbst herzustellen und wahrzunehmen, was sie brauchen und wollen, was sie nicht möchten, was ihnen wichtig ist, welche Gefühle sie zu Ihrem Partner oder Partnerin haben und was sie bisher alles verschwiegen haben. Das bedeutet, sich gegenseitig im Anderen spiegeln zu können, bestätigt zu werden als der, der man ist, als ein wertvoller und liebenswerter



Mensch. Die Erfahrung, geachtet zu werden, für den Anderen wichtig zu sein und gebraucht zu werden, führt zu einer verlässlichen Bindung, zu Konflikt- und Dialogbereitschaft. Man bekomme so einen „liebenden Blick“. „Statt im narzisstischen Sinne nur darauf zu achten, was am anderen falsch oder richtig, hässlich oder schön ist, verkörpert der liebende Blick keine Wertigkeit, sondern Zugewandtheit: Nicht das perfekte Aussehen schafft Liebe, sondern die Art, wie ich jemanden betrachte.“

Die buddhistische Lehrerin Sylvia Wetzel (Ludwigsfelde) hatte das Thema gewählt: „Wer bin ich, wenn ich liebe? Liebe, Mitgefühl und Verbundenheit im Buddhismus“.

In der Liebe, so begann sie, fühle sie sich verbunden „mit dem Fassbaren und dem Unfassbaren“. In dieser Verbindung könne sie die existentielle Getrenntheit, in der sie immer sei, mit Würde und Interesse annehmen und aushalten. Man sei eben im Kontakt „mit der Fülle“.

Was das bedeute? Mit der tibetischen Tradition:

„Im Augenblick der Liebe (Freude) scheint das wahre Wesen auf.“

Wenn das stimmt, dann sei Liebe ohne Gegenteil. Sie ist Ausdruck der Berührung mit der Fülle. Aber es gebe dann eben doch einen „Feind der Liebe“: Die „Anhaftung“, ein wichtiger buddhistischer Begriff, als Unterschied zur Liebe.

Zusammengefasst als schematische Gegenüberstellung:

- Liebe entspringt innerem Reichtum, während Anhaftung durch inneren Mangel entsteht.
- Liebe sieht die geliebte Person realistisch, sie erkennt und liebt auch ihre Schwächen, während Anhaftung durch eine rosarote Brille schaut.
- Liebe nimmt stetig zu, während Anhaftung heftig schwankt und in Hass oder Gleichgültigkeit umschlagen kann.
- Liebe tut gut und Anhaftung tut weh

Es konzentriere sich dann alles auf die Frage, wie man von der „Anhaftung“ loskomme. Der erste Schritt sei, sie überhaupt wahrzunehmen. Meditative Distanz wäre also eine erste übende Form des Loskommens. Hass als „ferner Feind der Liebe“ sei eine Schrumpform der Fähigkeit, klare Unterscheidungen zu treffen zwischen dem, was da ist und dem, was nicht funktioniert und der Einsicht, dass alles sich immer wieder verändern wird.

Liebe hingegen erscheine in einem „Viererpäck“ (Vier himmlische Gefühle): Liebe, Mitgefühl, Freude, Gleichmut. In der Liebe würden die drei anderen im Hintergrund immer „mitschwingen“.



Würden sie das nicht tun, dann würde Liebe umkippen in den „nahen Feind“ der Anhaftung. Diese vier Haltungen seien der natürliche Ausdruck der Tiefendimension des Seins (Buddha Natur etc).

Im Blick auf die Tiefendimension könne man die existentielle Getrenntheit aushalten. Mit Gelassenheit ließe sich die Unbeständigkeit der Lebenssituationen akzeptieren. Erkennen könne man diese Gelassenheit oder dies „Sein in der Liebe“, diese „Verbundenheit“, diese „Tiefendimension“ durch die Zugangsweisen von Offenheit, Klarheit und Feinfühligkeit. Und dazu gehöre die Einsicht, „dass wir Grenzen haben“ und doch zugleich verstehen können, weil Gefühle sich in Worte übersetzen lassen. Denn in einer Art „komplexer Kausalität“ hängen sie mit allem zusammen. Aus allem ergebe sich, dass Liebe immer ein Resonanzphänomen sei: Ruf und Antwort.

Solche Resonanz geschehe, wenn wir lieben: „Ich bin diese Resonanz“, rief die Referentin aus. Mit dem „liebenden Blick“ könne man die Wesen in ihrer Schönheit sehen oder christlich, wie Gott sie gemeint hat.

Sie schloss mit einem selbstgedichteten Lied (Melodie „Ich armes welsches Teufli“): „Ich bin ein armes Würstchen, bin müde vom Beklagen, bin müde meines Leids. Ich hab verlorn Vertrauen in Glück und Seelenheil, schau her ich hab's gefunden, was du verloren glaubst. Es ruht in deinem Herzen, dein Glück und Seelenheil. Du musst es nur bemerken, dann bist du froh und frei“.

Diesem Vortrag folgte die Lesung von Dr. Frido Mann (München) aus seinem Buch: „Das Versagen der Religion. Betrachtungen eines Gläubigen.“

Die Lesung wurde an wenigen Stellen unterbrochen zu kurzen Gesprächspausen mit Wolfgang Teichert. Das Interesse an Frido Manns Biographie als Lieblingsenkel von Thomas Mann, aber auch seine Berufswahl als Musiker, katholischer Theologe (er promovierte über Luthers Abendmahlslehre) und als Psychologe kamen nur kurz ins Gespräch. Dabei hätte die Geschichte der Familie als gelebte Illustration des Tagungsthemas viel Tragisches und zugleich Lebensvolles enthalten. Frido Mann stellte nur fest, dass es in jeder Familie Dunkelbereiche gebe. Er sei mit seinem Sohn anders umgegangen als seine Eltern mit ihm.

Im Mittelpunkt seiner Lesung jedoch stand der Widerspruch von Glaubenserfahrung und institutionellem Rahmen. Frido Mann sagte, er sei seinem Glauben gefolgt und habe die Institutionen verloren.

Die Lesung begann mit der Schilderung eines Konzertbesuches von Frido Mann in Ramallah. Es spielte das West-Eastern Divan Orchestra unter der Leitung von Daniel Barenboim. In diesem Orchester wirken



junge Musiker aus den arabischen Ländern mit Musikern aus Israel, Palästina und Andalusien gemeinsam. Frido Mann über diesen Auftritt: „Das war ein vorbildhafter Versuch eines großen Künstlers, Barrikaden des Hasses einzureißen und Brücken der Hoffnung aufzubauen.“

Musik als nonverbale Kunst sei besonders und besser als andere Künste dazu geeignet, Menschen zu verbinden.

Was hat ihn so an der institutionellen Religion und Kirche enttäuscht? Frido Mann antwortete: „Ich bin bereits während des Studiums der katholischen Religion in die innere Emigration gegangen.“

Der Austritt aus der katholischen Kirche 2009 sei ein letzter Schritt eines langen Prozesses der Entfernung gewesen. Die drei monotheistischen Religionen jedenfalls hätten versagt, besonders ihre Funktionäre auf dem schmalen Grad zwischen Erleuchtung und Verblendung.

Auf die Frage, wo Mann eine spirituelle Heimat finde, antwortete er:

„Man kann auch vor einer Heimat stehen bleiben.“ Gerade in dem monotheistischen Dreieck von Christentum, Judentum und Islam entdeckt Mann nichts mehr, was jungen Generationen eine Art geistige Führung geben könne. Es gehe immer darum, die Geschichte und die Gegenwart des Anderen zu akzeptieren, schrieb der jüdische Religionsphilosoph Martin Buber einmal. Davon aber seien die genannten Religionen weit entfernt, befindet Mann.

Offenbarungen fänden seiner Meinung denn auch nicht nur in religiösen Bereichen statt, sondern auch in Natur und Kunst. Glaube sei der Rahmen für im Fluss befindliche Einzelerfahrungen. Wenn man von spirituellen Liebeserfahrungen berichte, dann tauche in unterschiedlichen religiösen Kulturen die Metapher des Lichtes auf, bei dem Sufi-Mystiker Rumi, aber auch bei Meister Eckart, im Bild der Erleuchtung des Buddha und im Bild des brennenden Dornbuschs.

Religion, Kultur und Natur als Quellen des Lebenssinns und der Liebe zum Leben blieben aber „ohne tätiges Miteinander im Alltag abstrakte Größen. So bleibe der kleine Hoffnungsschimmer des eingangs erwähnten West-Eastern Divan Orchestra: zwar könne Musik eine Religion nicht ersetzen. „Aber sie kann neue Wege zu einer Sinnfindung aufbieten. Dieses Orchester ist ein Weg. Über das Medium der Musik lebt es vor, was die Religionen leisten sollten.“

Der letzte Tagungstag begann mit Dr. Rainer Funk (Tübingen), Psychoanalytiker und Herausgeber der Werke von Erich Fromm. Sein Thema: „Verbundensein ohne sich zu binden. Liebesfähigkeit heute.“

Erich Fromm sei einer der ersten Analytiker gewesen, der die Liebesfähigkeit nicht als ein Anhängsel (Epiphänomen) einer bestimmten Triebstruktur begriff, sondern als eine Grundfähigkeit, die für das Gelingen



von Gesellschaft und menschlichem Leben Bedeutung hat. 25 Millionen Exemplare von seinem Buch „Die Kunst zu lieben“ seien seit 1956 erschienen. Funk sprach zunächst über Fromms tiefenpsychologischen Ansatz - eine Revision der freudschen Triebtheorie - um dann über „Liebesfähigkeit heute“ zu sprechen, sich aber dann doch in kritischer Distanz zu heute der „transformierenden Kraft der Liebe in der direkten Begegnung“ zuzuwenden und mit Fromms eigenen Erfahrungen in der Kunst der Liebe anhand von Fotos und Episoden zu schließen.

Beginnen wir mit dem Schluss, den Funk mit sprechenden Fotos ausstattete. Die Erfahrungen des Einzelkinds mit seiner eigenen Liebesfähigkeit bringen die Bezugspersonen ins Spiel. Sein Vater, ein Weinhändler, der alle Hoffnung auf seinen Sohn Erich gesetzt hat. Der sollte die Tradition der gelehrten Talmudtradition fortsetzen. Erich studierte, obwohl Soziologe, zunächst die Vaterreligion bei chassidisch gebildeten Lehrern. Mit der späteren Zurückweisung der Vaterliebe gab Fromm auch die Vaterreligion auf. Seine Mutter war mit 24 Jahren sehr jung als Erich geboren wurde. Anhand eines sprechenden Fotos (die manchmal mehr verrieten als lange Anamnesen) deutete Funk ihre Mutterliebe als „sehr zupackend und festhaltend“. Erich Fromm sei von seiner Mutter stark idealisiert. Das habe seine Beziehungen zu Frauen geprägt. Es seien Suchbewegungen und scheiternde Beziehungen gewesen. Davor bewahrte ihn auch nicht das Studium der Psychoanalyse: Frieda Reichmann, Karen Horney, Henny Gurland hießen diese Frauen. Als Henny Gurland 1952 starb, sei Fromm „am Ende mit seinen Liebesversuchen“ gewesen. Erst spät fand er den Mut, eine weitere Beziehung einzugehen: Alice Freeman. Funk lernte das Paar 1972 kennen: Er habe ein Paar getroffen, das große Zuneigung, Respekt und Zärtlichkeit miteinander lebte. Fromm selber habe sich in dieser Zeit verändert. Die Selbstanalyse (vertraut werden mit dem Fremden im Eigenen) sei ein weiterer Grund für seine Veränderung gewesen. Durch diese Selbstanalyse konnte er Fremde solidarisch annehmen, so Funk. Vor diesem Hintergrund kann man verstehen, dass für Fromm das Grundproblem des Menschen nicht die Befriedigung angeborener Triebe gewesen ist, sondern das „Bezogensein auf die Wirklichkeit“. Er habe also einen intersubjektiven, auf den Anderen oder die Andere bezogenen Ansatz, weil eben Beziehung unser „existentielles Bedürfnis“ sei. Hindere man Menschen an dieser Beziehung (durch Isolation oder Entwürdigung) würden sie krank werden. Fromm habe dabei unterschieden zwischen individuellen und sozialen Beziehungserfahrungen.



Und genau diese Unterscheidung oder Bezogenheit nahm Rainer Funk auf, als er seine eigenen Entdeckungen über „Liebesfähigkeit heute“ - sowohl individuell wie sozial - vorstellte.

Heute sei die eigene Selbstbestimmung zunächst grenzenlos und stark „Ich“ orientiert. Entgrenzung, Entbindung, Deregulierung seien die Schlüsselwörter dafür. In der Arbeitswelt kehrten diese Entgrenzungsmöglichkeiten als Entgrenzungsforderungen zurück. Aus dem Arbeitnehmer werde der Selbstunternehmer.

Entsprechend entwickle sich ein neues Verständnis von Liebe und Beziehung. Bindungslos lebende Liebende erfinden die Liebe neu. Sie zeigen meist eine überdurchschnittliche Fairness und Toleranz im Umgang miteinander. Sie können den Anderen in dessen selbstbestimmtem Anderssein gelten lassen. Allerdings muss der sich „melden“, wie der Referent an einem Beispiel (erlebt auf einem Campingplatz an der französischen Atlantikküste) deutlich machte.

Das sei also keine narzisstische Haltung (der Andere wird manipuliert) und auch kein Egoismus (der sich rücksichtslos durchsetzt), sondern eine Art neues Credo Ich-orientierter Bezogenheit. „Ich lasse Dich gelten, nehme Dich als anders wahr, aber erst, wenn Du mir das deutlich machst!“ Jeder hat sein „Ich“ zur Geltung zu bringen. Das sei eine Art neuer Sozialcharakter. Man muss sich einbringen, der andere jedenfalls nehme nicht von sich aus Rücksicht. Voraussetzung für dies Lebensgefühl seien digitale Technik, Vernetzungstechniken und elektronische Medien. Sie sorgten dafür, dass es kein vorgegebenes Verpflichtungsverhalten und keine vorgegebene Norm gebe. Liebe äußere sich paradox als „entbundenes Bezogensein“, frei von Gefühlen der Sehnsucht, des Vermissens, des Erinnerns, des Vertrauens, des Trauerns, der emphatischen Fürsorglichkeit oder des geteilten Leids.

Aus der Pflege einer Beziehung und dem Austausch von Gefühlen werde bei bindungslos liebenden Menschen die „Pflege von Kontakten mit Hilfe von Kontaktmedien“. Demgegenüber betone jede Therapie, dass eine „direkte Bezogenheit“ heilsamer sei, denn das Gefühl des Isoliertseins, Kernproblem jedes Leidens, werde durch digitale Distanz eben noch vermehrt. Man müsse seine Patienten „mögen“ (Solidarität). Die „transformierende Kraft der Liebe“ sei also von Solidarität geprägt und vom Aufhören des Urteilens über Andere. Das sei das Ergebnis eines schmerzvollen und langen Lernprozesses, dem sich auch Fromm selbst zeitlebens ausgesetzt hat. Bei sich und beim Andern sein, mit einem Foto, das zwei Gesichter Fromms - nur durch Lidschlag getrennt, - zeigt, verdeutlichte Funk diese Pointe seines Vortrags.



Den Anschluss und Abschluss bildete Dr. Dr. h.c. Daniel Krochmalnik, Professor für jüdische Religionslehre und Religionsdidaktik in Heidelberg, mit „Gottesliebe und Menschenliebe in der Bibel und in der jüdischen Tradition“.

Krochmalnik zeigte eine Liebe zur hebräischen Sprache, die ansteckend wirkte, besonders als er zeigen konnte, wie in der Bibel selbst heftig, kontrovers und „kontarpunktisch“ diskutiert und berichtet wird.

So scheinen die ersten Kapitel des ersten Buchs der Bibel alle Vorurteile gegen patriarchale Religion zu bestätigen, wenn es um Liebe und Begehren geht. Bereits in den ersten Zeilen werde sofort ein besonderes Begehren verboten, nämlich das Essen vom Baum. Die Liebe zwischen Mann und Frau scheine hier einen „schlechten Stand“ zu haben, gab Krochmalnik zu. Mit der Gottesliebe sei es anders. Aber Eros werde verbannt.

Allerdings habe die Gartengeschichte doch ein paar Sehnsuchtsbilder festgehalten. Die Menschen seien geschaffen als Mann und Frau, zueinander und ineinander passend, aus einander entstanden. Es gebe einen richtigen „Bräutigamsjubiläum“ (Der Referent singt ihn kurz an) „Und der Mann sprach: Jetzt endlich Gebein von meinem Gebein, diese da, wird heißen Frau (Männin), genau das Richtige“, also die Traumfrau. Und deshalb verlasse der Mann seine Eltern und hänge der Frau an und sie werden ein Fleisch.

Wenn man das gelesen habe, dann sei die Nostalgie sehr stark zurückzukehren in diese Intimität. Aber eben in der Anfangsgeschichte der Genesis sei die Liebe verloren. Paradise lost!

Es gebe aber - und das sei die Pointe - einen Kontrapunkt, eine Art Gegenstück zum verlorenen Paradies. Und das eben sei das „Hohe Lied“, der Gesang der Gesänge, hebräisch Schir ha-Schirim, was wörtlich bedeute „Das Lied der Lieder“, eine Art Superlativ: „Das schönste aller Lieder“.

Man brauche also nicht auf das Neue Testament zu warten, wenn es um Liebe in der Bibel geht. Ein Buch voller Liebesmetaphern sei dies Lied mit starker Erotik, nicht allerdings mit Pornographie.

Dies Hohelied sei nicht randständig im jüdischen Leben. Es werde im Frühling gelesen und auch am Schabbat, der wie eine Braut begrüßt wird und an dem sich die Paare lieben. Gott käme in diesem Buch nur als Kraft der Liebe vor, die so stark sei wie der Tod (Kapitel 8.6). Kein Text sei so häufig kommentiert, wie dies kleine Buch.

Einer der bedeutendsten Rabbiner, Rabbi Akkiba (2. Jahrhundert), bezeichnet dies Buch als „allerheiligst“ (kodesch-kodischim).

Spätere allegorische Lektüre, die Weib und Mann im Text zur „Seele und Gott“ oder „Gott oder die Kirche“ machen, seien sublime Formen von Zensur. Erst seit Herder werde dieser Text wieder als weltliches Lied



betrachtet: Schlomo sucht Schulamit, ein sehnsuchtsvolles Liebes-Hin und Her.

Ergebnis: Die Bibel erzähle grundsätzlich alles mindestens zwei Mal. Aber die Dubletten gleichen sich nicht. Im Gegenteil: Das Hohelied stelle das 3. Kapitel der Genesis (1. Buch Mose) auf den Kopf. Statt „paradise-lost“, „paradisefound“, ein kontrapunktisches Verhältnis. Hatte der Fluch in Genesis die Gleichheit zwischen Mann und Frau aufgehoben, seien im Hohelied jedoch beide souverän.

Das nachfolgende Gespräch, interessiert an Anfängen emanzipatorischen Liebesverständnisses, brachte zum Ausdruck, dass auch in der jüdischen Tradition Liebe eben mehr sei als ein Gefühl. Das Vorurteil jedenfalls, Judentum gleich Gesetzesreligion, Christentum gleich Religion der Liebe ist mit dieser kontrapunktischen Lektüre nicht mehr zu halten. Denn das Hohe Lied der Liebe steht im Alten Testament. Noch Goethe, der zweifellos etwas vom Thema verstand und das Hohe Lied übersetzt hat, meinte, es sei das „Zarteste und Unnachahmlichste, was uns von Ausdruck leidenschaftlicher und anmutiger Liebe zugekommen ist“. Das hat der Referent zum Abschluss dieser Tagung bestätigt.

Wolfgang Teichert