



# HAST DU MICH JEMALS GELIEBT?

Über die Liebe und ihre Projektionen.

VON SUSANNE KLEINHENZ

Dieses wunderbare Gefühl des Verliebtseins. Besonders von Frauen, die verliebt sind, höre ich zuweilen, sie fühlten sich so unendlich schöner, leichter, beschwingter als jemals zuvor. Alles gehe wie von selbst. Selbst mit ihren Problemzonen gehen sie nachsichtiger um. Denn ihr Körper wurde mit den Augen eines liebenden und begehrenden Blickes gestreichelt.

Die Psychologen werden einwenden, dass eine Frau sich dieses Gefühl doch selbst geben könne. Die Frage lautet, ob dieses Gefühl dann in uns das aus-

zulösen vermag, was der Blick eines liebenden Mannes in uns bewirkt. Er macht aus einem Mauerblümchen eine Femme Fatale.

Was passiert, wenn wir uns verlieben, wie wählen wir das Objekt unserer Begierde überhaupt aus? Erkennen wir im geliebten Gegenüber den Menschen, der er wirklich ist? Oder projizieren wir unseren Liebeshelden auf ihn und erwachen irgendwann neben Max Müller, obwohl wir doch mit George Clooney ins Bett gingen? Begehren wir den anderen seiner selbst wegen oder weil etwas an ihm uns als eine Verheißung begegnet? Eine Verheißung zum Beispiel, eigene Defizite aufzufüllen?

Hier geht es vor allem um folgende Erscheinungsformen der Liebe, wie sie uns von den alten Griechen überliefert sind: Zum einen *Agape*, die höchste Form, die göttliche Liebe, selbstlos, die auch unter Menschen angestrebt werden kann. Die erotische Liebe, *Ludus*, spricht das Begehren auf körperlicher und seelischer Ebene an. *Ludus* meint die spielerische erotische Verliebtheit, über die wohl am meisten geschrieben und gedichtet wird, obwohl sie die vergänglichste Form ist. *Mania* bezeichnet das Besitzenwollen eines anderen, also eher den Schattenaspekt einer Beziehung. Und *Pragma* ist die vernünftige Verbin-

derung, die zwei erwachsene Menschen für ein gemeinsames Leben eingehen, also die Liebe, wie sie vor der Einführung der Romantik wohl üblich war. Vor der Liebe spüren wir meist das Verliebtsein, und das verhält sich zur Liebe wie das Amuse-Gueule zum Hauptgericht eines Dinners. Appetitanregend, doch es macht die Seele nicht dauerhaft satt.

Unsere Verliebttheit gleicht durch das Absinken des Hormons Serotonin und das Ansteigen der Hormone Dopamin, Adrenalin und Cortisol einem psychotischen Schub. Wird unser Verliebtsein erwidert, erleben wir gewissermaßen eine harmlose Manie. Bei Liebeskummer allerdings können wir schlimme Entzugserscheinungen und vorübergehende Unzurechnungsfähigkeit erleben. Den Zustand des Verliebtseins vermag unser Körper nicht länger als neun Monate bei regelmäßigem Kontakt und maximal 36 Monate bei unregelmäßigem Kontakt und zwischenzeitlichen Trennungen aufrechtzuerhalten. Mit Schwinden des Verliebttheitsgefühls vergeht häufig auch die Leichtigkeit des Seins. An dieser Stelle entscheidet sich dann, ob die Liebenden in eine langfristige Liebe und dauerhafte Beziehung eintreten.

### Der halbe Kugelmensch

Wir können nicht nur aus der Hirnforschung in Liebesdingen lernen, sondern auch aus Mythologie und Philosophie.

Platon behandelt in seinem dialogischen Werk „Symposion“ Fragen zur Liebe. Und er beschreibt einen Mythos, wonach die Menschen auf der Erde zunächst als glückliche, mit sich und allen anderen rundum zufriedene Kugelwesen lebten, die ihren Partner in sich trugen, und sich von selbst fortpflanzen und beglücken konnten. Sie besaßen vier Hände und Füße, zwei Gesichter, die in entgegengesetzte Richtungen blickten. Sie waren schnell und vor allem völlig

autark und kannten keinerlei Beziehungsstress. Es gab in Platons Mythos drei verschiedene Geschlechter: ein weibliches, ein männliches und ein gemischtes.

Da ihnen an nichts mangelte, wurden die Kugelmenschen übermütig. Sie ärgerten Zeus und die anderen Götter, statt sie nach deren narzisstischem Willen zu verehren. Aus Wut darüber zerteilte Zeus die Kugelmenschen in zwei Hälften, und so nahmen sie unsere heutige menschliche Gestalt an. Die Stelle des Nabels zeigt, wo die beiden Hälften miteinander verbunden wa-

ren. In seiner neuen Gestalt brauchte der Mensch nun seine andere Hälfte, um sich zu vermehren und vor allem, um sein seelisches Gleichgewicht zu finden. So erklärt sich auch die Idee der eigenen Bedürftigkeit, die nur gestillt werden kann, wenn wir unser Pendant finden.

### Aphrodite und Eros

C.G. Jung meinte, der Mann brauche die *Femme Inspiration* und die Mutter seiner Kinder in Form unterschiedlicher Frauen. Er betrachtete den Mann als jemanden, der sich seiner Partnerin nicht etwa um ihretwillen zuwendet, sondern um eine Gespielin zu haben, die ihn in seiner Unvollständigkeit ergänzen solle.

Sigmund Freuds Ideen gehen auf ähnlich kompensatorisches Verhalten zurück. Sowohl im Ödipus- als auch im Elektra-Komplex funktioniert die Partnerwahl als Kompensation der schwierigen Beziehung zu Vater oder Mutter.

Die Idee zumindest der Vervollkommnung durch den anderen ist auch heute nicht fremd. Hört man

Paaren zu, die zur Beratung kommen, oder Freunden und Bekannten, so wird klar, dass es kaum um eine Beziehung geht, in der der andere um seiner selbst geliebt wird. Auch heute suchen wir in unserem Gegenüber bewusst oder unbewusst etwas, das uns fehlt. Wir sind keine sich selbst genügenden Kugelmenschen. Auch wenn wir uns zuweilen für den Nabel der Welt halten.

Platon stellt in seinem Symposion die Frage nach der guten und der schlechten Liebe. Dafür führt er die Figuren der Aphrodite und des Eros ein. Die

## Begehren wir den anderen seiner selbst wegen?

Ur-Aphrodite (die Schaumgeborene) war schon immer da und sie vertritt die himmlische, göttliche Liebe, also *Agape*. Und es gibt da auch noch jene junge Aphrodite, Tochter des Zeus, die in Platons Sinne die gewöhnliche, vulgäre Liebe vertritt, *Ludus*. Diejenige, die mehr an der Lust und der Oberflächlichkeit hängt als an der wahren Schönheit der Liebe.

Die schlechte Liebe fokussiert sich allein auf den Körper, die schöne liebt die Seele mehr als den Körper. Wem es gelänge, die Seele des anderen zu lieben, würde im Platonschen Sinne eine schöne, also gute Liebe praktizieren. Und anders als das geflügelte Wort der platonischen Liebe glauben macht, schließt Platon sehr wohl die körperliche Liebe darin ein.

### Das Dämonische

Platon beschreibt die Kompensation in einem Gelehrten-Dialog des „Symposion“. Wie bei C.G. Jung liebt auch hier der Mensch nicht den anderen um seiner selbst willen, sondern sucht das, was er mit ihm an eigenen Defiziten füllen kann: ▶

# Mit Schwinden des Verliebtheits- gefühls vergeht häufig auch die Leichtigkeit des Seins.

„... Nicht wahr, Eros ist das Verlangen nach etwas, nach dem, woran er einen Mangel hat.“

„... Ja, herrscht nicht auch Übereinstimmung darin, dass er das liebt, wessen er bedarf und was er nicht hat?“

„Ja. Also bedarf Eros der Schönheit und besitzt sie nicht? ...“

„Aber du hast doch zugegeben, dass Eros aus Mangel an Gutem und Schönem genau das begehrt, woran er Mangel hat.“

„Wie könnte also der ein Gott sein, der keinen Anteil am Schönen und Guten hat?“

„Aber was wäre dann Eros, wenn nicht ein Gott, etwa ein Sterblicher?“

„Das am allerwenigsten.“

„Aber was sonst?“

„Ein großer Dämon, denn alles Dämonische steht zwischen Gott und dem Sterblichen.“

Das Dämonische in der Liebe würde C.G. Jung hier wohl mit dem Schatten erklären. Wenn wir Menschen durch den Rausch des Verliebtseins etwas anstreben, das göttlich sein könnte, und wenn es hier immer auch um unser eigenes Defizit geht, so tragen wir in der Logik Platons auch das Gegenteil des Göttlichen in uns. Es ist eine Illusion, dass der andere uns wieder „ganz“ machen, uns heilen kann, tief im Innern wissen wir es auch. Nämlich dann, wenn der Liebhaber gegangen ist und mit ihm das verliebte Strahlen in den Augen. Und wenn der erkennende Blick im Spiegel uns zeigt, dass es nun wieder Zeit ist, uns selbst mit den Augen der Liebe zu betrachten.

Was aber für diejenige besonders schwer ist, die sich daran gewöhnt hat, die Anerkennung vom Partner zu bekommen, und die sein Weggehen vielleicht als eigenes Scheitern betrachtet. Häufig stellt sie dann dem scheidenden und nun dämonisch wirkenden Liebhaber die Frage: Hast du mich jemals geliebt?

## Wenn es weh tut, ist es keine Liebe

Diese „post mortem“, also nach dem Tod der Liebe, gestellte Frage, macht deutlich, dass es eben nur Verliebtheit war und keine Liebe, denn die würde eine solche Frage ausschließen. Wenn es weh tut, ist es keine Liebe. Zumindest nicht im Sinne von *Agape*. *Ludus* schafft Freude und Schmerz, *Agape* schafft Seelenfrieden. Im Leben vieler Menschen geht es mehr um *Ludus*, *Pragma* und *Mania*. Diese drei verschaffen Schmerz – und hier liegt ein Trost. Die große Liebe, *Agape*, die gibt es, sie möchte nur entdeckt werden. Und bis wir sie finden, lohnt es sich, über unsere Hingabefähigkeit froh zu sein.

Platon spendet Trost, indem er fragt: „In wem ist Eros? In dem, der liebt, oder dem, der geliebt wird?“ Er kommt auf die Antwort, dass Eros immer in dem ist, der mehr liebt. „Der Liebende ist größer als der Geliebte.“

Zu lieben, darin sehen Götter wie Philosophen das größte Glück. Wenn wir den anderen um seiner selbst willen lieben, dann tut es nicht weh, wenn er geht. Was schmerzt, ist der gekränkte narzisstische Teil unserer

Seele, der etwas vom anderen wollte, das er nicht bekommen hat. Wir könnten es ja mal versuchen. Und am Ende einer Liebe fragen: Hab ich dich wirklich geliebt? ◀◀



Zur Autorin

**Dr. Susanne Kleinhenz**

Philosophin mit dem Schwerpunkt differenzielle Psychologie und Kommunikation.