

Warum liebst Du mich nicht, ich liebe Dich



In der gegenseitigen Liebe auf den ersten Blick begegnen sich zwei Menschen in ausschließlich positiven Gefühlen und es gibt kein Problem.

Schwierig wird es, wenn Lieben und Begehren einseitig ist und das ist wesentlich häufiger der Fall als das gegenseitige Begehren. Man kann sich das so klarmachen: Die Wahrscheinlichkeit, eine Sechse zu würfeln ist ein Sechstel, die Wahrscheinlichkeit, zwei Sechsen hintereinander zu würfeln, ein Sechsuunddreißigstel. Bei dieser Wahrscheinlichkeit würde jemand bei 6 mal verlieben nur ein einziges Mal die Chance haben, daß sein Gegenüber sich auch in ihn verliebt. In Wirklichkeit ist die Chance aber geringer, denn der Mensch hat mehr als nur 6 Seiten.

Wäre ein einseitiges Verlieben völlig aussichtslos, gebe es nicht so viele Probleme dabei. Faktisch weiß man aber, daß durch beharrliches Werben und Bemühen durchaus die Zuneigung und Liebe eines anderen erweckt werden kann und folglich eine Beziehung entstehen kann. Insbesondere, wenn für eine gewisse Zeit eine Beziehung bestanden hat, also eine Wechselseitigkeit stattgefunden hat und dann der eine wieder geht, ist schwer zu verstehen, warum sich das erste Ereignis nicht wiederholen soll. Und dann kann es passieren, daß jemand in endloser Sehnsucht und Wehmut an den anderen gebunden ist und immer weiter hofft, daß sich die schöne Zeit wieder einstellt. Andere kommen aber gar nicht erst soweit und bleiben von vornherein in ihrer Sehnsucht begriffen und hoffen immer noch, daß noch irgendwie das glückliche Ereignis stattfindet, daß aus der einseitigen eine wechselseitige Liebe macht. Sie lassen es zu einer wirklichen Begegnung auch gar nicht kommen, es könnte ja passieren, daß sie dann nachhaltig enttäuscht werden und dann nicht mal mehr eine Hoffnung haben.

Es gibt noch zahlreiche andere Kombinationen:

Was passiert?

1. Jemand nimmt einen anderen Menschen wahr, sieht ihn, hört ihn, erfährt von ihm und ist von ihm entsprechend berührt und ergriffen.
2. Er fängt an, Wünsche und Phantasien bezüglich der anderen Person zu entwickeln, die sich auf Nähe, Begegnung, Paarung, gemeinsame Aktivitäten richten. Ähnlich wie die Wahrnehmung der Person des anderen lösen diese Wünsche und Phantasien lustvolle und beglückende und aufregende Gefühle aus.
3. Es entwickelt sich zunehmend eine Sehnsucht, daß die Phantasien Realität werden. Je weniger der andere verfügbar ist, umso mehr Raum und Zeit werden für die Sehnsucht aufgewendet - nach einem Menschen, dem man bereits im Arm hat, braucht man sich nicht mehr zu sehnen. D. h. die durch die Phantasien und Gedanken ausgelösten Gefühle verstärken die Phantasietätigkeit, die wiederum die Gefühle verstärken usw. Zum Schluß kann jemand in ein exzessives schwärmerisches Lieben geraten, ohne den anderen auch nur ein einziges Mal zu sehen oder ihm zu begegnen.
14. Solange sich die Sehnsüchte und Phantasien nicht realisieren lassen, fängt der Betreffende an, Hoffnungen zu entwickeln. In der Hoffnung hat man bereits Hinweise und Anhaltspunkte, daß die Sehnsüchte in Erfüllung gehen werden, aber sie sind noch unbestimmt und noch unsicher.
5. Je klarer die Hoffnungen werden und je mehr der andere einen in den Hoffnungen entgegenkommt und sie bestätigt, umso eher bilden sich Erwartungen heraus, Erwartungen setzen bereits das erhoffte Ereignis voraus. Es muß jetzt nur noch eintreten. Eigentlich gehören Erwartungen eher ins Vertragsgeschehen: Man erwartet, daß ein Vertrag eingehalten wird. In der Liebe sind Erwartungen eher schädlich, weil sie die Freiheit des anderen einschränken.
6. Wenn die Erwartungen dann nicht erfüllt werden und die Hoffnungen nicht, ist man entweder enttäuscht, d. h. man täuscht sich nicht länger und evtl. desillusioniert, d. h. man erkennt, daß bei Hoffnungen Illusionen waren, die nicht auf der Wirklichkeit beruhten. Entsprechend wird aus dem ursprünglichen Gefühl von Glück und Lust und freudiger Erwartung Enttäuschung, Schmerz, Kummer, aus der Sehnsucht nach Geborgenheit, Zugehörigkeit und Aufgehobenheit Angst, Verlassenheit und Einsamkeit.

Tatsächlich passiert es, daß Menschen aufeinander in solchen Situationen eine außerordentliche Wut bekommen, anfangen, zu kritisieren, zu nagen, zu zetern, Vorwürfe zu machen, Anklagen zu machen: Du hast mich verletzt, Du hast mich gekränkt, Du hast mich getäuscht, Du hast mich belogen, Du hast mich betrogen, Du läßt mich hängen, Du hast Deine Versprechungen nicht gehalten, Du hast Erwartungen geweckt usw.

Die Wut kann in Einzelfällen so groß sein, daß es zu wüsten Beschimpfungen kommt, zu körperlichen Gewalttätigkeiten und auch zu Mord und Totschlag. Der Hintergrund von jeglicher Wut dieses Kalibers ist, wenn man es kritisch sieht, eine riesige Dummheit, wenn man es etwa verbindlicher sieht, ein tragischer Irrtum.

Der Irrtum besteht darin, daß im Liebesgeschäft der Verliebte glaubt, daß die Liebesbeziehung in irgendeiner Form seinem Willen unterworfen ist. Dabei drückt er das häufig gar nicht in Form von Willen aus, ich will, daß du dies oder das machst, sondern mehr in Form von allgemeinen Normen

wie „man muß, man soll, man hat, es ist so usw. d. h., er setzt seinen Willen als allgemein geltendes Gesetz hin und ist entsprechend auch empört, wenn der andere sich an dieses Gesetz nicht hält, ohne aber sicher zu sein, daß der andere mit ihm in diesem Gesetz überhaupt übereinstimmt und diesen Vertrag geschlossen hat. Er reagiert ähnlich wie ein kleines Kind, das wütend mit den Füßen stampft weil die Sonne untergeht und sagt „ich will aber nicht, daß die Sonne untergeht“ (weil es dann ins Bett muß und das will es auch nicht).

Eine riesige Menge an Schwierigkeiten in Liebesbeziehungen entstehen darüber, daß die unglücklich Verliebten nicht imstande sind, zwischen Bereichen, in denen ihr Wille tätig werden kann und Bereichen, in denen sie lediglich Wünschen, Hoffnung, Träumen, Sehnen können, zu unterscheiden.

Ein weiterer Grund, warum unglückliche Verliebtheiten oft so schwer zu lösen sind besteht darin, da die Betroffenen zwischen ihren Gedanken, Gefühlen, Sehnsüchten, Hoffnungen, Wille usw. und dem zugehörigen Handeln nicht unterscheiden können. Besonders wer eine lebhaft Phantasie hat, kann sich die Sehnsucht so lebhaft und lebendig vorstellen, daß sie aus Gedanken schon ähnlich reagieren wie auf die äußere Realität. Entsprechend erwarten sie auch, daß das Verhalten der anderen oder das eigene Verhalten dem entsprechen muß. Also aus der Phantasie, ich würde A gerne anrufen, folgt zwangsläufig „ich rufe jetzt A auch an“. Das wird dann oft noch mit Bewertungen wie Spontaneität, Echtheit, Direktheit, Unmittelbarkeit gerechtfertigt.

Das ist aber ein völliger Unsinn, denn Gefühle, Gedanken und Phantasien stehen zwar immer auch in einer Beziehung zum Handeln, aber niemals in einer eindeutigen. Aus dem Satz „ich könnte Dir den Hals umdrehen“, folgt in den seltensten Fällen, daß man es tut. Bei positiven wie negativen Gefühlen fügt man doch auch noch seine Überlegung und Gedanken hinzu, welche Konsequenzen man aus Ihnen ziehen will und welchen Handlungen man nachgehen will oder nicht.

Häufig sind die Probleme in der Liebe daher gar nicht so sehr mit Aktivitäten zu lösen: Rufe ich an oder nicht, was tue ich, damit er mich liebt, was tue ich, damit er mir nicht davonläuft, was mache ich, damit er nicht sauer wird oder zuverlässig usw. Sondern häufig sind die Probleme in der Verliebtheit, also innerhalb der Phantasien und Gedanken und Überzeugungen eines Verliebten zu lösen. So kann es sein, daß seine Gedanken widersprüchlich einseitig, irrational, unfunktional usw sind und als solche erstmals aufgelöst werden müssen. Z. B. Gedanken wie „man muß immer die Wahrheit sagen“ oder „der andere darf nie eine Schwäche von mir erfahren“. Zahlreiche Gedanken dieses Kalibers lassen sich durch ein gutes Nachdenken darüber, Aufrichtigkeit überprüfen, auch verändern.

Phantasien, Sehnsüchte, über einen Anderen kann man oft nicht beliebig abstellen und auch nicht beliebig verändern, da sie aus dem Unbewußten kommen und da einem eher widerfahren als daß man sie aufsucht. Man kann sie allerdings pflegen und ausbauen. Sind sie einem sehr körpernah und erlebt man sie ständig innerhalb dieser phantasierten und vorgestellten Szenen, geht es einem ähnlich wie Tantalus, der im Wasser steht, aber nicht trinken kann und die Früchte vor sich hat, die aber zurückweichen, wenn er von ihnen essen will. Das Lesen in einem Kochbuch macht eben nicht

satt. Ein Kochbuch würde man normalerweise wegstellen und richtige Nahrungsmittel aufsuchen. In der Liebe ist es nicht anders. Man sollte diese Phantasien als solche erkennen, eine Form finden, in der man sie gut ordnen, unterbringen und beiseite stellen kann, um seine Sinne und seinen Verstand wieder frei für das zu haben, was man wirklich real tun kann und was einen befriedigt. Den Begriff „ich will“ sollte man nur für den Bereich verwenden, in dem man überhaupt einen Einfluß hat, die Dinge auch zu gestalten, wenn man weder das Können noch die Macht dazu hat, sollte man lieber

von Wünschen reden und entsprechende Wirklichkeiten offenlassen, ob sie sich erfüllen oder nicht. Ansonsten benimmt man sich so ähnlich trottelig wie die Fliege, die ständig gegen die Scheibe fliegt, weil die das Glas nicht erkennen kann.

In der Liebe ist der Wille relativ selten ein sinnvolles Mittel des Durchsetzens. Liebe hat eher mit Geben und Hingabe zu tun, d. h. dem anderen die Möglichkeit zu geben, Ja oder Nein zu sagen und sich dieselbe Möglichkeit auch zuzugestehen (S. Fromm, Kunst des Liebens).

Das Tragische an der Liebe ist, daß die Chancen für die Paarung unterschiedlich verteilt sind. Es gibt Menschen, die aufgrund ihrer äußeren Schönheit, ihres Charmes, ihrer Intelligenz, ihrer Begabung eine Unmenge Paarungschancen angeboten bekommen, ohne sich im Geringsten bemühen zu müssen. Bei einer Tanzveranstaltung möchte jeder mit ihm tanzen und anderen geht es umgekehrt, sie sind das Mauerblümchen und bleiben immer sitzen und es ist selten, daß sich jemand zu ihnen verirrt.

Obgleich es richtig ist, daß jeder lieber Probleme mit zuviel Attraktivität als mit zu wenig hat, ist es auch richtig, daß zuviel Attraktivität auch seine Nachteile hat: Sehr attraktive Menschen kommen oft nicht dazu, ihr eigenes Begehren und eigenes Lieben zu entwickeln, weil schon immer jemand da ist, den sie gewonnen haben, bevor sie ein eigenes Gefühl entwickeln konnten. Im übrigen ist es auch so, daß die oben erwähnten Vorteile beim Flirten (Schönheit, Intelligenz, Charme usw.) bevorzugt im Erstkontakt eine große Rolle spielen, bei längerer Bekanntschaft und Auseinandersetzung aber immer weniger bedeutend werden.

Für eine beglückende wechselseitige Liebesbeziehung spielen nebst zahlreichen äußeren und wenig beeinflussbaren Umständen soviele andere persönliche Dinge wie gemeinsame Interessen, gemeinsame Ziele, Konfliktlösemöglichkeiten, kompatible Interessen usw. eine Rolle, daß die anfänglichen Attraktivitäten oft nur der Starter waren, aber nicht die eigentliche tragende Beziehung konstituieren.

Es kann durchaus sein, darüber gibt es bisher keine verlässliche wissenschaftliche Forschung, daß es die hundertprozentige große Liebe, die durch nichts mehr getrübt werden kann in diesem Leben, auf den ersten Blick und plötzlich sich entwickelt und auch vorhanden ist, gibt. Es gibt genügend Menschen die das berichten und es gibt eigentlich keinen Grund, dieses zu bezweifeln. Genauso gibt es keinen Grund zu bezweifeln, daß viele Menschen sich sowohl in Freundschaften als auch in Liebesbeziehungen sehr schnell erkannt haben als mögliche Partner und daraus eine Liebesbeziehung entwickelt haben. Es gibt aber genügend Partnerschaften, die sich ebenfalls entwickelt haben, obwohl eine anfängliche Verliebtheit entstanden war oder sogar eine anfängliche Abneigung gegeneinander.