

Konrad Pfaff

Liebe auf dem Prüfstand der Liebe

„Seit dem 18. Jahrhundert unterziehen sich die Europäer wieder und wieder einer Prüfung und beurteilen sich ständig.“ (S. 198.)

Oft stammt die Prüfung eher aus der Todesangst als aus dem Narzissmus. Das Christentum erfand eine Art vorgeschriebener Gewissensprüfung. Seit der Aufklärung betreiben wir eine eher eigensinnige und eigenwillige Selbstprüfung und leidenschaftliche Kritik. Sie ist in einem Höhlenraum einsamer Introspektion angesiedelt. Diese Höhlenexkursion in den personalen Innenraum ist gleichzeitig Abstieg in die Vergangenheit - eigener und menschheitlicher - und eine Diagnose aller Lebensbedingungen unserer Zivilisation. Diese Mischung von innerer Prüfung, Kritik, Diagnose, Gewissenseinsicht selbstverantwortlichen Geistes ist ein basales Kulturdenkmal unserer Zivilisation. Die Liebe entzog sich ihr lange oder war nur ihr moralisch-abseitiges Objekt. Nun jedoch ist *die doppelte Flamme der Erotik und Liebe* ganz und gar ins Licht prüfender, bejaher, kritisierender Reflexion geraten. Ihre wundervolle Gestalt wird nun im Lichte unserer ganzen Vernunft, unserer lebendigen Selbstentfaltung sichtbar.

Der Liebe am bekömmlichsten ist eine ganze „Liebesunordnung“, diese bezieht sich eher auf das Verhältnis ihres Innenraums zum sozialen Außenraum. Daraus entsteht in den Liebenden ein Bewusstsein, das sie immer neu auf die Liebe zentriert. Sie leben im Bewusstsein der Liebesbedeutung und sie stärken diese gegenüber den geringen oder feindlichen Äußerungen der sozialen Umwelt.

Sie haben gerne das Gefühl, sich um ihre Liebe lustvoll mühen zu müssen, sich anzustrengen oder sie heroisch erkämpfen bzw. verteidigen zu müssen. Liebende sind oft trotzig gegenüber dem Außen und dickköpfig gegenüber Rat. So bewahren sie sich ihren Himmel.

Keine Epoche prüft ihre Liebe so oft, so genau und so qualvoll wie die unsere. Die Prüfungen der Liebenden wiederholen sich zu ihrer Freud, zu ihrem Leid. Betrachtung, Bewunderung, Prüfung und Niederlage gehen oft in eins. Akzeptanz und stolzes Bestehen der Prüfungen sind eins. Die Liebesprüfung ist streng wie die Selbstprüfung. Der moderne Mensch hat in beiden Prüfungen seinen gnädigen Gott verloren. Er selbst ist meist recht ungnädig. Die Introspektion feiert Orgien betrachtender Art, leicht wendet sie sich ins Masochistische. Die Innenschau der Prüfungen sind meist ernst und qualvoll, doch von Erfolg gekrönt. Ihre Kriterien, der Prüfer und die Geprüften, Maßstab und Ziel verwirren und verknoten sich ineinander. Es ist eine allein gelassene, stolze, wilde Liebe, die sich selber prüft. Sie kann es nie und nimmer lassen, sich selbst anzuschauen und fortzuschreiten.

Wenn ihre Liebesunordnung sie weder anregt noch fordert, dann bricht der Widerspruch zwischen ihrer Liebe und der Weltordnung langsam zusammen. Daraus entsteht bei diesem Prozess des Ineinspassens von Liebesunordnung und Weltordnung die gewöhnlichste Form des Liebestodes. Liebe verträgt nur äußerst schwer, dass sie so selbstverständlich und weltverständlich wird. Das Selbstverständlichwerden der Liebe ist meist ihre Ablösung durch ihren sozialen, religiösen, wirtschaftlichen

Nutzwert. Sie stirbt im Räderwert der Ordnung, sehr nützlich, pflichtbewusst und für mancherlei Opfer bereit.

*„Die extreme Empfindlichkeit der Liebenden ist die andere Seite ihrer nicht minder extremen Gleichgültigkeit gegenüber allem, außer ihrer Liebe. Die große Gefahr, die auf die Liebenden lauert, die tödliche Falle, in die vielen tappen, ist der Egoismus. Die Strafe lässt nicht auf sich warten; die Liebenden sehen nichts und niemanden außer sich selbst, bis sie versteinern ... oder sich langweilen. Der Egoismus ist ein Schacht. Um da herauszukommen, müssen wir um uns blicken: dort ist die Welt, die uns erwartet.“ (S. 250)*

Auch das gehört zu den Prüfungen, die zu bestehen sich Liebe in Liebe vornahm. Es ist uns gegeben, zu erkennen und es ist uns möglich zu lieben, das heißt, den Ego aller Zeitlichkeit und Weltlichkeit zur beseligten Gewissheit von Augenblick zu Augenblick zu verwandeln.

#### PRÜFUNGSFRAGEN, DIE LIEBENDE UND GELIEBTE SICH STELLEN:

Ich möchte mir keine Illusionen über meine Liebe machen. Ich erfahre ihre Stärke und Macht, wenn ich mich prüfe, ob ich ihr so viel an Anstrengung, Lernen, Aufmerksamkeit, leidenschaftlichem Beginnen und Daranbleiben widme, wie meinem Tun in Beruf, Haus, Garten und Hobby. Auch mein Umgang mit Freunden, Verwandten, Kindern geht mir oft leichter von der Hand als die eingeforderte Zärtlichkeit, Erotik und Liebeszuwendung.

Ich prüfe mich, ob Liebe wirklich Genuss und nicht Pflicht und Ehrsucht ist, ob meine Erotik nicht auf Erwartungserfüllung gründet und Sex Gewohnheit und Verantwortung statt Lust und Leidenschaft wurde? Ich prüfe mich, ob ich Phantasie, Sensibilität, Spielfreude, Witz und Humor für die konkrete Liebe habe oder doch mehr für Geselligkeit, Gelderwerb und Trägheit im Alltag.

Worauf es ankommt in der Liebe ist die Kunst und Findigkeit, gefühlvolle Fertigkeit, denn die gehören zu den Regeln für das Glück, das nur für Dummköpfe und Lieblose dem Zufall gehorcht. Ich finde das Glück und helfe ihm nach.

Was du Liebe nennst, wie sieht und fühlt es sich an, wie erfährst du es? Erlebst du Liebe als himmlischen Schatz in der Welt. Erlebst du Liebe als Mutmacher und Schwunggeber? Sie hilft dir doch gegen Verzagtheit, Missmut, Unzufriedenheit und schlechte Laune. Erlebst du sie mit Gefühlen der Großherzigkeit und Begeisterung?

Hab keine Angst vor Wirrnis, Störung, Konflikt und Liebe, sie engt dich nicht ein.

Oft ist das Zeichen deines Glücks in der Liebe Übertreibung, Übermut und Überfluss. Du genießt deine Zärtlichkeit und die deines Partners und bist gelassen, natürlich und nach außen genügsam.

Ich kann warten, werben, Komplimente machen und bleibe höflich. Ich sehe gern mein Du an, verweile mit den Augen überall und der Glanz der Augen besticht mich.

Ich schaue oft in die Augen: glänze, strahle und lache. Meine Augen helfen der Liebe auf.

Ich drücke oft meine täglich-nächtliche Zuneigung aus und überwinde Müdigkeit. Ich nehme mir oft einfach vor, Zeichen des Wohlwollens zu setzen. Ich steigere mich gerne willentlich und bewusst in das Liebesspiel. Spaß habe ich, auf Bedürfnisse und Wünsche meines Partners einzugehen und bin dabei schlau und erfinderisch. Ich weiß, dass ich Liebe nicht zu verdienen, zu erleisten und erarbeiten brauche, gemeinsam lernen wir Liebe offen, ehrlich und schamlos.

In der Liebe berechnend und abrechnend Zärtlichkeit, Geschenk und Lust aufzurechnen ist stets ein Verlassen der Liebe.

Es ist nicht leicht, den Rhythmus der Liebe für sich zu entdecken. Ich versuche Abschied und Willkommen, Trennung und Vereinigung, Nähe und Distanz zu finden und zu bejahen.

Auch Konflikte, Streit, Unfrieden gehören in den Kosmos der Liebe. Ich bejahe sie und gehe mit ihnen freundlich, gelassen, listig-schlau um. Auch den Missverständnissen, dem Gezänk, dem aufrechnerischen Kleinlich-Sein, versuche ich eine gute Bedeutung zu geben.

Nachlassen des sexuellen Begehrens kündigt eine Krise an, das Nachlassen der Zärtlichkeit und Erotik kündigt das entschiedene Nachlassen der Liebe an. Das Verebben des Gesprächs jedoch kündigt das Ende einer Liebesbeziehung an. Die Beziehung als Institution und Gewohnheit kann weitergeführt werden, wenn die Liebe verflog.

Fremdgehen, diese gelegentlichsdiebische Untreue ist meist ein recht dümmliches Missgeschick. Schicksalhaft ist schon eine echte, dauerhafte Liebe, die der anderen quer kommt. Ehrlicherweise muss ich auch mit ihr als Herausforderung zu einer Entscheidung kommen. Vorschnelle, gedankenlose Entscheidungen, in der Beleidigung, Verletztheit eine große Rolle spielen, pflegen die Gewichte und Bedeutungen zu verschieben. Alles wird überbedeutsam, wirft lange Schatten, in denen das Schöne und Vergangene versinkt.

Ein Zauber ist die Liebe jedenfalls, sie begeistert, lässt unser Sein loben und danken, füllt unsere Herzen mit Magie und Poesie.

Ich bin gerne verrückt, närrisch vor Liebe und spiele gerne närrisch-lächerliches Zeug. Ich habe vor gefühlsseligem Romantik, vor idealisierender Stimmung, vor zärtlichem Spiel keine Angst. Erotik ist die Poesie der Liebe.

Beim Sex bin ich gefühlvoll, innig und diese geistige Intensität steigert die Lust. Nahe dem Ursprung, erlebe ich meine einzige und schönste *Portion Paradies*.

Begehrliche Schamlosigkeit ist mit allen Sinnen beteiligt im Geheimnisraum der Liebe. Überfluss, Überschwang, Vertrauensseligkeit und Abbau der Schranken sind Siegel der Liebe. Sorglos in den Tag, in die Nacht hinein zu lieben, ohne Pflicht und Verantwortung - einmal eine Weile *sein dürfen* - das ist der Himmel.

Gefühle erwachen, schaffen Teilhabe, deuten die Anziehung. Sie sind die Basis, mehr noch als aller Sex. Mit ihnen lernst und belichstest, prüfst und unterscheidest du Liebe.

Die Liebeskunst ist die Kunst des Wachhaltens deiner Gefühle in ihrer Leuchtkraft, die Überwindung der Angst vor den Gefühlen und ihrer romantische Chaotik. Und immer wichtiger wird die Kunst des Ausdrucks, der Aussage deiner in der Liebe so positiven Gefühle. Um Gotteswillen darfst du nicht mit den guten Gefühlen geizen. Noch schlimmer jedoch als Verslossenheit, ist der vorschnelle - angeblich ehrliche - Ausdruck negativer und böser Gefühle. Ich schaue sie dann zuerst im zweiten, dritten Blick an, halte sie prüfend zurück und äußere sie mit anderen guten Gefühlen.

Ich erlebe schlimme Enttäuschungen, besonders bei willentlichen Täuschungen und Illusionen, wenn ich auf unwahre, unechten Forderungen bestehe: absolute Treue, absolute Ehrlichkeit, absolute Verlässlichkeit oder absolutes Vertrauen, das sind die Fallen, in denen meine, deine, unsere Liebe, umkommt.

Gerne flüchten Mann und Frau in die Starrköpfigkeit, die sich tarnt als Charakterstärke, Prinzipientreue, konsequente Gesetzmäßigkeit und die nur eigene Egomane darstellt. Dazu kommen unbeugsamer Stolz, Ehrenhaftigkeit und Anständigkeit; sie kommen einem zupass als Entschuldigungen und Ausreden und stürzen jede Liebe in endgültige Niederlagen.

Ich falle in Panik bei der nächsten Enttäuschung. Panik gibt ebenso schlechten Rat wie Angst und Wut. Sie hinterlässt alle Liebende hilflos und überfordert. Versuche nicht immer wieder, des anderen Gefühle zu erraten, wenn du deine kaum kennst und findest.

In den Medien und den moralinsauren modernen Märchen ist Sex das wichtigste. Das ist meist Dummheit, Ideologie und Lüge. Dadurch wird nur Angst und Panik geschürt in den „normalen“ Beziehungen, die mit vielem anderen noch ausgefüllt sind. Ich erschrecke nicht zu sehr, wenn Sex, Erotik und Liebe mal brach liegt. Wahrscheinlich muss und will sie sich erneuern wie die Felder. Das Brachliegen muss nicht gleich Panik, Vorwürfe, Selbstbeschuldigungen und vorschnelle Urteile hervorbringen. Es ist eine Regenerationszeit nötig.

Doch achte sorgsam darauf, dass nicht deine Zärtlichkeit, dein Liebesspiel und dein Begehren nicht sehr nachlässt, weil dir alles im Alltag wichtiger geworden ist. Dagegen helfen dann nur Phantasie, List, Spielintellekt und ein Wille, der gemeinsam bewusst und schlau Liebe erneuert.

Meiner Liebesleidenschaft steht der Alltag im Weg. Des sozialen Kontextes wegen machst du viel zu viel Kompromisse und du entscheidest dich allzu oft gegen deine schwache Liebe. Verwandte, Eltern, Kinder, Nachbarn und deren Gerede und Anerkennung sind allein wichtig. Wie soll ich dann meiner Liebe treu bleiben. Auch sonst gibt es in der sozialen Welt von Arbeit und Freizeit vieles, was mich wegführt von der Liebe.

Nehme ich Nachteile in Kauf für meine Liebe? Liebe verlangt große Konzentration, die automatisch die Ausblendung vieler Geschehnisse in Arbeit, Freizeit, Pinte, Geselligkeit mit sich bringt. Bedenkst du genug, dass deine tragfähige Leidenschaft in der Liebe nichts anderes als zähes, diszipliniertes Daranbleiben bedeutet. Du kannst

Wunder wirken, wenn du die Sehnsucht deiner Leidenschaft lange Zeit in dir bewahren kannst.

Ich lasse mich nicht unterkriegen nicht durch den Alltag der Arbeit, noch durch Beruf, Haushalt oder Beschäftigung mit Kindern.

Ich lasse mich nicht durch verstaubte Moral, durch modisches Geschwätz der Medien, der Politik und der Religionen verführen.

Die Gemeinsamkeiten, die Partner haben und pflegen, sind für alle Beziehungen eine gute, tragfähige Basis. Jedoch auch die schönsten Gemeinsamkeiten wie Kinder, Haus, gemeinsame Ziele und Interessen ersetzen nicht die Gefühle der Liebe, die Anziehung der Sexualität und das Spiel der Erotik. Wir strengen uns im Leben oft an, meist dann, wenn wir es müssen. Diese Anstrengungen sind oft leichter als die Liebesanstrengungen der Lust und Freude.

Liebe ist Genuss und nicht Pflicht. Erotik ist Lust und nicht Erwartungserfüllung. Sexualität macht Spaß und kann und darf keine Gewohnheit werden. Wofür habe ich Phantasie, Spieltrieb, Humor und alle Glückwünsche, wenn nicht für die konkrete Liebe.

Ich entscheide mich öfter für Liebesbegegnung und Liebesspiel als für Pinte, Café, Verein, Kirche, Fernsehen und Kino.

Ehrgeiz, Erfolg, Geldgier, Machtsucht, Arbeitswut und Karrierewillen machen es uns oft schwer, die Liebe als das Wichtigste im Leben anzusehen.

Jede Liebe verkommt leicht, wenn sie sich zu oft hintangesetzt fühlt. Liebe wird vergiftet, wenn sie sich nicht an erster Stelle des Lebens spürt. Liebe verfliegt sehr leicht, wo sie degradiert wird von Sicherheitswillen, Ordnungs- und Perfektionswahn und Prestigesucht.

Viele Laster, Gewohnheiten, alte Muster, neue Moden, eingefahrene Verhaltensweisen schaden der Liebe. Dies zu prüfen, fordert die Liebe.

Nicht Gewohnheiten, Tabus und Gemeinsamkeiten halten eine Liebe, sondern Gespräch, Spiel der Sinne, kurzweilige Bewunderung des Anderen macht die Liebe aus. Oft kann ich nicht lieben, weil ich gekränkt, beleidigt, missmutig bin. Meine ressentimentgeladene Stimmung verhindert Zuwendung, die ich bekommen und geben könnte.

Lass dir bitte nichts vormachen durch Anklagen und Widerreden. Nimm sie nicht so wichtig! Reagiere nicht, agiere liebevoll weiter. Lass dich nicht ins Bockshorn jagen durch Übertreibung der Fehler und Fixierungen. Liebe verkraftet eine Menge Fehler und Irrtümer. Doch panische Angst führt ins lieblose Gezänk.

Hast, Hetze, Stress und Übereifer machen mich liebesunfähig. Trägheit, Faulheit, Erschöpfung machen liebesunbrauchbar.

Wer immerzu die Last des anderen tragen will, kennt vor lauter „Helfen-wollen“ seine und des anderen Lust nicht mehr.

Wer sich zu sehr an den Partner klammert und ihn also besitzen will, kann nicht loslassen und daran erstickt jegliche Liebe. „Liebes-Erpressungen“ produzieren nur weitere Unfreiheit, panische Angst und bestimmt ein voraussehbares Ende der Liebe.

Die wahren existentiellen Tugenden helfen der Liebe auf.

Liebe schafft Gefallen und warme Herzen, nicht nur zwischen den Liebende . Die Frucht der Liebe ist immer Seins-Dankbarkeit, Seins-Lob und eine wunderbare Selbstachtung und Bejahung seiner selbst.

Misstrauere der Öffentlichkeit, dem Staat, den Medien, den Kirchen und der Moral. Sie wollen die Liebe aus Angst vor ihrer Kraft zähmen, einfangen und einkerkern.

Liebe braucht die Unterscheidung der Geister. Ich möchte der Liebe dienen, nicht der Wahrheit, dem Guten, dem Schönen, weder der Religion noch der Moral noch einer Heimat.

In der Liebe beleidige nicht mit Wahrheiten und Ehrlichkeiten, die du gefunden zu haben meinst. Warte, bis du gute Wahrheiten deiner Liebe aussagen kannst.

Deine Reflexion, dein Ausdruck, deine Gesprächswilligkeit und dein Wunsch nach Wechselseitigkeit mitsamt aller Anstrengung, Konfliktbejahung und jeglichem Lernwillen bauen erst Sexualität, Erotik und Liebespartnerlichkeit auf.

Lerne, dich auszudrücken, erfreue dich an deinen Gefühlen als Kraftquelle deines Lebens! Nur gefühlhaft erleben wir Trauer, Schmerz, Tränen und Tod nicht als zerstörerisch und Probleme, Konflikte, Missverständnisse, nicht als Elend.

Schuldzuweisungen lösen keine Probleme und sind Produkte unserer Macht und Maskenspiele. Meinst du, dass Höflichkeit, Rücksicht und Nachsicht im intimen Raum nicht nötig wären? Sie sind notwendige Schonungen deines Partners in allen Verhaltens-Gewohnheiten und Konsumräumen.

Liebe verlangt immer neu Abgehobenheit und Distanz von Alltag und Moral, verlangt immer neu einen erkämpften Zauberkreis. Den Zauberkreis bildet für mich manchmal gemeinsames Musikhören, Verschlungensein in Klängen, Rhythmen, Kadenz, ein Gespräch nach dem Fernsehen, nach einem Kino-, Konzert- oder Theaterbesuch oder der gemeinsame Genuss des Gedichtelesens. So einfach dürfen wir uns den verstärkenden Zauber vorstellen.

Das übertriebene Ernstnehmen, das überaus Wichtig-Nehmen der Situation oder der Worte und Ausdrücke des Anderen ergeben nur qualvolle Krämpfe und schmerzvolle Verletzungen. Die Überbewertung kleinster Dinge und Geschehnisse sind meist nichts anderes als Projektionen des bitteren Machtspiels. Isolations- und Verlassensgefühle und Trennungsangst sind erschreckende Reaktionen mit hohem Liebesrisiko.

Gleichgültigkeit, Gefühlsarmut, gewohnheitsmässiges Funktionieren verderben noch mehr als Wut und andere Affekte. Zorn, Hass und böse Wünsche sind Alarmsignale bitterer Noch-Verbundenheit.

Vergessen zu können ist oft tragfähiger als verzeihen zu müssen. Nachtragend zu sein ist Zeichen einer aufkommenden Beziehungsunfähigkeit.

Eifersucht ist das klarste Kriterium einer besitzergreifenden, machtgerigen Beziehung. Eifersucht verrät die Liebe, auch die verratene Liebe und macht den Partner zum Besitz.

Dank und Lob regiert meine Liebe. Durch Dank, Lob und Anerkennung erwerbe ich keine Rechte und Rechtfertigungen. Bei Aufrechnung, Anrechnung regiert Berechnung und Erpressung.

Wichtig im Innenraum der Liebe ist die Kunst der Unterhaltung, der Muße und Zerstreuung. Im Grunde helfen unsere spielerischen Künste der Liebe über den Berg. Die Kunst der Gelassenheit, die Dinge ruhen zu lassen, Langmut und liebevolle Toleranz nehmen den reaktiven Zänkereien ihr Toben. Ich nehme nicht jede Beleidigung, Verletzung gleich ganz persönlich. Ich bin nicht sofort gekränkt und in meiner Eitelkeit angegriffen. Wir einigen uns auf Anerkennung, Lob, Kompliment einerseits und auf Nichteinmischungspolitik oder eine freiwillige Kapitulation. Wir nehmen jede Liebeserklärung ohne Vorbehalt an. Dies alles ist ein Schlüssel zu einer dauerhaften Liebe.

Da der Mensch sterblich ist, ist jede seiner Beziehungen und jedes seiner Werke auch sterblich. Er endet und die Liebesbeziehung auch. Jede Beziehung ist sterblich und endet einmal. Des Menschen Leben und das seiner Liebe sind nicht synchronisiert. Beziehungen und Gruppen sterben wie er selbst. Das Ende einer Liebe ist jedoch nicht das Ende aller Höflichkeit und Menschlichkeit der Partner.

Beim Sterben einer Liebe geht es nicht um Schuldsuche, Schuldzuweisung, Moral und Strafe, sondern um das Weiterleben der Partner.

Es ist nicht alles verloren, wenn eine Liebe stirbt. Ehe, Familie, Beziehungskiste, Freundschaft sind von eigenem Wert. Sie kann sozial weiterleben. Sie sollte nur nicht mit der Liebe gleichgesetzt werden. Es muss nicht immer Liebe sein. Freundschaft, Bekanntschaft, zwischenmenschliche Beziehungen, Gruppe und Geselligkeit sind menschenwürdige Ordnungen. Sie sind lebenswert, auch ohne den Eros des Sich-Begehrens, ohne diesen heilenden und unheilvollen Brauch leidenschaftlicher Liebe.