



Fritz Riemann

Die Fähigkeit

zu lieben

14. Auflage
 reinhardt

Fritz Riemann



Die Fähigkeit zu lieben

Mit einem Geleitwort
von Hans Jellouschek

14. Auflage

Ernst Reinhardt Verlag
München

Fritz Riemann (1902 – 1979) war nach einem Studium der Psychologie und der Ausbildung zum Psychoanalytiker Mitbegründer des Instituts für psychologische Forschung und Psychotherapie in München (heute: Akademie für Psychoanalyse und Psychotherapie). Dort wirkte er als Dozent und Lehranalytiker und führte eine eigene psychotherapeutische Praxis. Seine Verdienste um die Psychoanalyse brachten ihm die Ehrenmitgliedschaft der „American Academy of Psychoanalysis“ in New York. – Neben dem Bestseller „Grundformen der Angst“ ist auch das Werk „Die Kunst des Alterns“ (von Fritz Riemann und Wolfgang Kleespies) im Ernst Reinhardt Verlag erhältlich.

1. bis 5. Auflage: Kreuz Verlag

6. Auflage: Taschenbuch-Ausgabe Ullstein Verlag

(Auflagen 1 bis 6 herausgegeben von Siegfried Elhardt und Doris Zagermann)

7. bis 13. Auflage: durchgesehen von Claus Riemann; leicht gekürzt.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN: 978-3-497-02376-9 (Print)

978-3-497-61886-6 (PDF-E-Book)

978-3-497-61887-3 (EPUB)

14. Auflage

© 2024 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen. Der Verlag Ernst Reinhardt GmbH & Co KG behält sich eine Nutzung seiner Inhalte für Text- und Data-Mining i.S.v. § 44b UrhG ausdrücklich vor.

Printed in EU

Covermotiv: © ColorValley / stock.adobe.com

Satz: Rist Satz & Druck GmbH, Ilmmünster

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: www.reinhardt-verlag.de E-Mail: info@reinhardt-verlag.de

Inhalt

Geleitwort) 7 (

Über die Liebesfähigkeit) 11 (

Die Liebe der Eltern) 29 (

Sexualität und Liebe) 47 (

Liebe und Bindung – die bedingungslose Liebe) 65 (

Die fordernde Liebe) 77 (

Die ganzheitliche Liebe) 87 (

Die Partnerwahl) 101 (

Die ungebundene Liebe) 113 (

Angst – ein Hemmnis der Liebe) 121 (

Nachwort zur ersten Auflage) 137 (

) Die Partnerwahl (

Alles hat einen Anfang, so auch die Wahl eines Partners, und wir übersehen zu oft, dass wir dabei schon Weichen stellen, welche die weitere Entwicklung einer Beziehung bereits mit beeinflussen. Ob bewusst oder unbewusst vollzogen, die Motivierung einer Entscheidung hat etwas Schicksalhaftes, das wir uns meist nicht klarmachen, umso weniger, je mehr wir unter dem Einfluss eines augenblicklichen Wunsches oder Bedürfnisses stehen, dessen Erfüllung wir anstreben. Es gibt eine Reihe von typischen Motiven, die wir zu allen Zeiten wiederfinden können. Sicher ist es nicht jedem beschieden, den Partner zu finden, der seinem Suchbild möglichst weitgehend entspricht, und daran wird wohl auch wenig zu ändern sein, auch nicht durch Computererrechnungen und Ähnliches. Gerade in der Partnerwahl gibt es aber eine Anziehungskraft, die etwas Irrationales haben kann, das sich allen Berechnungen entzieht; Philipp Metman schreibt in seinem Buch „Mythos und Schicksal“, dass es „zum Wesen der Liebe gehört, daß sie den, der sie kennenlernt, verzaubert; und sie durchschauen könnte nur der, den ihr Zauber nicht zu verwirren vermöchte“. Solches Angerührt-Werden vom Eros ist etwas Gewaltiges und Erschütterndes, das uns geschieht – die Liebeslyrik aller Zeiten und Völker weiß vieles darüber zu sagen.

Aber das ist nicht jedem beschieden, sei es, dass ihm niemand begegnete, der ihn so verzauberte, sei es, dass er sich davor schützte aus Selbstbewahrung oder anderen Motiven.

Aber sehen wir von diesem Ergriffen-Werden ab, das uns meist überraschend und unerwartet geschieht, haben wir im Allgemeinen ein mehr oder minder deutliches Suchbild, ein Wunschbild, sowie klare oder unbestimmte Motive, die unsere Partnerwahl beeinflussen und die oft genug schon etwas Schicksalhaftes in sich tragen. Eine solche Wunschvorstellung von dem Partner oder der Partnerin als Geliebtem oder Geliebter hat nichts zu tun mit schwärmerischem Verliebtsein oder mit jugend-

lichem Idealisieren aus Überschwang und Unkenntnis der Wirklichkeit partnerschaftlicher Beziehungen, sondern sie entspringt dem Wunsch, sich aneinander und miteinander zu entwickeln. Was wir hier suchen, ist das Du als Ergänzung unseres eigenen Wesens, ist der Wunsch, uns selbst und dem Partner in wechselseitiger Liebe zu optimaler Selbstverwirklichung zu verhelfen. Solche Liebe hat etwas wechselseitig Verpflichtendes im Sinne des Glaubens an die Entwicklungsmöglichkeiten, die wir ineinander ahnen, sie trägt den Aufforderungscharakter in sich, auf das hinzuleben, was beiden Partnern als reifste Erfüllung vorschwebt, das Beste in ihnen erweckt. Im liebenden Einanderverstehen nähern wir uns einander immer mehr, wird das Du mehr und mehr zu einem Teil unseres eigenen Wesens, ohne dass wir uns dabei in symbiotischer Verschmelzung aufgeben – im Gegenteil will solche Liebe es ermöglichen, dass jeder der Partner zu seiner bestmöglichen Entfaltung findet, die rückwirkend auch immer den anderen ergreift. Vielleicht ist das die reifste Form der Liebe, der Sinn alles Liebens: einander wohlzutun und zu höherer Entwicklung zu verhelfen. Ähnliches hat wohl C. G. Jung gemeint, wenn er schreibt: „Zunächst erscheint nämlich der innere Individuationsdrang oft verborgen in der Liebesleidenschaft, die man zu einem andern Menschen empfindet. Was dabei über die natürliche Zuneigung zum anderen Geschlecht hinausgeht, zielt letzten Endes auf das Geheimnis der eigenen Ganzwerdung. Darum fühlt man auch, wenn man leidenschaftlich verliebt ist, daß das Einswerden mit dem oder der Geliebten das einzig begehrenswerte Ziel des Lebens sei.“ Freilich gehört dazu, dass wir uns selbst, den anderen und die gemeinsame Beziehung ernst nehmen und dass wir überhaupt den Drang haben, uns weiterzuentwickeln.

Denn vergessen wir eines nicht: Lieben und in bindender Gemeinschaft mit einem Partner leben zu wollen fällt nicht immer zusammen; wo es aber der Fall ist, ist wohl höchste Erfüllung möglich. Wir alle tragen ein Suchbild des Partners in uns, das wir ersehnen; ihm zu begegnen hängt nicht von unserem Willen ab, ist Schicksal oder Gnade; uns für ihn zu entscheiden, uns zu ihm zu bekennen ist der Anteil, der in unserer Hand liegt. Wir vergessen zu leicht, dass Lieben ein Tun ist, kein Zustand, in dem wir uns befinden und der uns bleibt, ohne dass wir etwas dafür tun.

Sehr anders sieht es schon aus, wenn das Hauptmotiv für die Partnerwahl materielle Sicherheit ist; dann ist Lieben und Geliebtwerden nicht mehr so wichtig; wir wollen vor allem versorgt sein, die Tüchtigkeit, der Verdienst und die zu erwartende Altersversorgung durch den Partner, vernünftige Überlegungen und realpraktische Gesichtspunkte bekommen die größte Bedeutung. Hier wird die Partnerwahl zu einem Kalkül, das bestenfalls durch die Gemeinsamkeit der Ziele und Interessen und deren Erfüllung eine Zuneigung entstehen, schlimmstenfalls den einen Partner zur „Melkkuh“ werden lässt, der nur noch die Funktion hat, dem anderen das Höchstmaß an Sicherheit und Garantien zu bieten.

Aber unser Suchbild eines Partners pflegt auch noch biografische Wurzeln zu haben, die wiederum etwas Schicksalhafter in sich tragen. Die ersten Personen des anderen Geschlechts lernen wir ja in unserem Vater oder unserer Mutter, in Brüdern und Schwestern kennen, und die Eindrücke und Erfahrungen, die wir an ihnen gemacht haben, wirken sich oft tief prägend auf das Suchbild unseres Partners aus. Das kann in doppeltem Sinne der Fall sein: Bei glückhaften Erfahrungen suchen wir einen Menschen wieder zu finden, der dem gleicht, mit dem wir in der Kindheit die glücklichen Erfahrungen gemacht haben, bei enttäuschenden Erfahrungen suchen wir nach einem

Partner, der möglichst ganz anders als die Person ist, die uns einmal so enttäuschte. Da wir alle dazu neigen, einmal gemachte Erfahrungen auf neue Menschen zu übertragen, unterliegen wir in verschiedener Intensität unserer Vergangenheit in einem uns nicht bewussten Wiederholungszwang. Bei einer glücklichen Vater- oder Brudererfahrung pflegt das Suchbild der Frau Züge von Vater oder Bruder zu tragen, das Suchbild des Mannes Züge von Mutter oder Schwester. Entsprechend pflegen Mann und Frau bei enttäuschenden Mutter- und Schwester- oder Vater- und Brudererfahrungen Partner zu suchen, die möglichst wenig an die frühen Partner erinnern, vielmehr eher sogar einen Gegenteilstypus darstellen.

So wirken unsere Früherfahrungen am anderen Geschlecht meist unbewusst in unsere späteren Partnerbeziehungen hinein. Durchschnittlich können wir damit rechnen, dass glückliche Früherfahrungen das Finden eines Partners erleichtern, weil wir dann bereits ein umrissenes Suchbild in uns tragen, an dem wir bestimmte Züge und Verhaltensweisen wiederfinden wollen, und weil auch die Chance für eine gute Partnerbeziehung im Allgemeinen größer ist, wenn wir schon an unseren Eltern eine gute Partnerschaft erlebt hatten. Eine schwierige oder gestörte elterliche Partnerschaft kann unser Vertrauen in eine Partnerschaft erschüttert haben, und die Enttäuschung am gegengeschlechtlichen Partner lässt in uns kein Suchbild zurück, das wir wieder zu finden hoffen – wir haben dann für unsere Partnersuche kein Vor-Bild erlebt. Aber wie alles im Leben immer einen Doppelaspekt hat, so auch hier: Das Wiederfinden-Wollen einer geglückten Beziehung im späteren Partner kann uns leichter dazu neigen lassen, ihn immer mit dem Urbild zu vergleichen und ihn daran zu messen, sodass wir seiner Eigenart nicht gerecht werden oder von ihm enttäuscht sind, weil er das Vor-Bild nicht unserem Wunsch gemäß wiederholt und