



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, Ilmünster

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 (

Geleitwort

„Nicht ist die Liebe gelernt“ klagt Rilke in einem seiner frühen Gedichte. Als Paartherapeut finde ich diese Klage fast jeden Tag bestätigt. Was vor sich geht, wenn sich zwei Menschen zusammentun, was ihre Partnerwahl bestimmt hat und worin auftauchende Probleme eigentlich ihre Ursachen haben – die meisten Paare sehen sich außerstande, solche und ähnliche Fragen zu beantworten. Wäre es nur möglich, ihnen allen dieses kleine Buch in die Hand zu drücken und sie zu aufmerksamer Lektüre zu veranlassen!

Denn hier spricht ein Therapeut aus Jahrzehnte langer Erfahrung mit Menschen jeden Alters. Und er spricht in einer klaren und einfachen Sprache, fast ohne jede Fachterminologie – und wenn ihm diese nötig erscheint, erklärt er sie in ebenso einfachen Worten. Er spricht in einem warmen Ton, nicht aus theoretisierender Distanz, sondern mitfühlend, manchmal auch mitleidend, fasziniert von den Höhen und Tiefen der Liebe, und ihre Paradoxien und Widersprüche auslotend, denen der Liebende begegnet. Man könnte sagen: Was hier vorliegt, ist nichts Geringeres als eine Art „Lehrbuch der Liebe“. Nicht dass die Lektüre allein schon alle Probleme lösen könnte. Liebe, so betont Riemann immer wieder, ist ja ein Tun, das eigenes Entscheiden und Handeln erfordert. Aber seine Ausführungen erhellen so viele Seiten und Facetten der Liebe, dass einem im Reflektieren auf die eigenen Liebeserfahrungen beim Lesen ständig neue Lichter aufgehen.

Besonders wertvoll erlebe ich an Riemanns Ausführungen, wie er immer wieder den Zusammenhang herstellt zwischen den

Liebeserfahrungen des Kindes in seinen verschiedenen Entwicklungsphasen in der Familie und den Möglichkeiten oder Unmöglichkeiten, Chancen oder Gefahren erwachsener Liebe. Keineswegs geht es ihm dabei nur um die Defizite, sondern vor allem um die zahlreichen unterschiedlichen Spielarten, in denen sich erwachsene Liebe zum Ausdruck bringt. Warum Liebe Verbindlichkeit will, wie Sexualität von Anfang an ein Element der Liebe ist, aber bei weitem nicht in ihr aufgeht, wie Vater-Bindungen der Töchter und Mutter-Bindungen der Söhne die erwachsene Liebe beeinflussen, was eine Partnerwahl bestimmt, wie die Liebe zur individuellen Reifung beiträgt – und noch vieles mehr – macht der Autor dem Leser überzeugend deutlich.

Wer Riemanns Best- und Longseller „Grundformen der Angst“ kennt, wird sich besonders darüber freuen, im letzten Kapitel („Angst – ein Hemmnis der Liebe“) den Gedanken dieses bedeutenden Buches wieder zu begegnen – hier angewandt auf das Thema der Liebe. Dabei wird einem auch wiederum bewusst, was Riemann besonders auszeichnet: Dass er nicht bei einer defizitorientierten Betrachtungsweise stehen bleibt, sondern die traditionellen tiefenpsychologischen Diagnosekategorien als existentielle Grundorientierungen unserer menschlichen Verfasstheit versteht und neu interpretiert. Das ist auch ein durchgängiges Merkmal dieses Buches über die Liebe, und damit steht Riemann heutigen ressourcenorientierten Ansätzen in der systemischen Paar- und Familientherapie sehr nahe.

Ich meine, dass sich dieses Buch auch hervorragend für Paare zum gegenseitigen Vorlesen eignet. So könnte es ihre Beziehung besonders bereichern und vertiefen.

Ammerbuch im November 2006

Hans Jellouschek

Wir müssen uns klar werden,
dass wir in unserer Gegenwart
in einem Entwicklungsprozess stehen,
der letztlich darauf hinausläuft,
dass wir erwachsener,
mündiger und selbstverantwortlicher werden.
Das wird eine lange Zeit brauchen,
denn Erziehung, Schule, Politik und Kirche
versuchen uns immer wieder
aus verschiedenen Motiven
in unmündiger Abhängigkeit zu halten.
Dennoch scheint mir darin die Aufgabe,
ja vielleicht die rettende Hilfe für uns alle zu liegen.
Das Entscheidende dürfte dabei wohl sein,
dass wir unsere Liebesfähigkeit stärker entwickeln,
und das von ganz früh an in der Kindererziehung,
später in allen mit- und zwischenmenschlichen Bereichen.



Über die Liebesfähigkeit

Die Fähigkeit zu lieben ist uns mitgegeben als eine Begabung, die wohl zu den größten Wundern des Lebens gehört. Denn ist es nicht ein Wunder, dass der Mensch, dieses egoistische, machthungrige, besitzgierige und erfolgsbesessene Wesen voller gefährlicher Triebe, Leidenschaften, Affekte und Aggressionen, überhaupt zu lieben fähig ist? Fähig ist, jemanden oder etwas zu lieben außer sich selbst, oder gar, wie es das Christentum fordert, zu lieben wie sich selbst? Ohne diese Fähigkeit zu lieben, die uns recht eigentlich erst zu Menschen werden lässt, wäre die Menschheit wohl längst ausgestorben, weil sie sich selbst vernichtet hätte.

Das Wesen der Liebe offenbart sich in unendlich vielfältigen Gestalten; das Gemeinsame, das, was letztlich die Liebe ausmacht, ist ganz schlicht der Wunsch, einem anderen wohlzutun zu wollen. Lieben ist ein Tun, eine Tätigkeit, kein Zustand. Wenn wir bei Tieren nicht von Liebe sprechen, sondern von Instinkten – beim Paarungstrieb, der Brutpflege und der Aufzucht der Jungen –, wenn wir die Bezeichnung „lieben“ nur für den Menschen vorbehalten, wollen wir damit offenbar ausdrücken, dass Liebe beim Menschen mehr ist als ein bloßes Instinktverhalten, mehr auch als ein sexueller oder gar gattungserhaltender Trieb, dass zu alldem etwas hinzukommen muss, was es erst im Bereich des Menschlichen gibt. Dieses Etwas ist begrifflich-rational schwer zu fassen; hier scheitert unser Bemühen, die Liebe zu erklären, zu definieren oder, wie wir das heute auf so vielfältige Weise versuchen, machbar zu machen.

Über die Liebe zu sprechen oder zu schreiben sollte daher eigentlich den Liebenden und den Dichtern vorbehalten bleiben, denen also, die von ihr ergriffen sind. Wenn sich dagegen die Wissenschaft ihrer bemächtigt, bleibt von der Liebe oft wenig mehr übrig als Triebe, Reflexe und scheinbar machbare oder erlernbare Verhaltensweisen, als biologische Daten, messbare physiologische und testbare psychologische Reaktionen, die zwar