

Leseprobe aus:



ISBN: 978-3-499-63398-0

Mehr Informationen zum Buch finden Sie auf www.rowohlt.de.



Birgit Ehrenberg, geboren 1962, ist Journalistin und studierte Philosophin. Sie begleitet und unterstützt Menschen mit ihrer Expertise in existenziellen Fragen zur Liebe und ist seit vielen Jahren erfolgreiche Autorin zum Thema, u. a. für «Emotion», «Für Sie», «Brigitte», «Donna», «Hohe Luft», «My Way», «Men's Health», «Bild», «Welt am Sonntag» sowie für das Onlinemagazin «beziehungsweise». Birgit Ehrenberg lebt in Hamburg.

Birgit Ehrenberg

**Was passiert mit der Liebe, wenn
der Partner zum Pflegefall wird?**

Rowohlt Taschenbuch Verlag

Name, Alter, Wohnort und andere
biographische Details aller in diesem Buch
beschriebenen Personen wurden geändert.

Originalausgabe

Veröffentlicht im Rowohlt Taschenbuch Verlag,
Reinbek bei Hamburg, Oktober 2018

Copyright © 2018 by Rowohlt Verlag GmbH, Reinbek bei Hamburg

Umschlaggestaltung bürosüd, München

Umschlagabbildung Mihaela Ninic / plainpicture

Satz Hollander PostScript (InDesign) bei

Dörlemann Satz, Lemförde

Druck und Bindung CPI books GmbH, Leck, Germany

ISBN 978 3 499 63398 0

Inhalt

Widmung

Einleitung

Wovon wir reden, wenn wir von Liebe reden

Die Liebe ist noch größer geworden

Liebesdienste

«Es passierte nichts mit meiner Liebe, aber es passierte etwas mit meinem Leben»

Was von der Liebe übrig bleibt: Liebe

«Ich träume von dir» oder «Ich sehe die Welt mit deinen Augen»

Eine gute Beziehung bis zum Schluss

Wovon wir geredet haben, als wir in diesem Buch von Liebe redeten

Dank

Literatur und Literaturempfehlungen

Einleitung

«Was würdest du machen, wenn ich morgen im Rollstuhl säße? Was ist eigentlich Liebe für dich?» Zwei Fragen, die während der «Tatort»-Folge vom 12. November 2017 aus heiterem Himmel im Raum stehen und direkt ins Zentrum all der Fragen nach der wahren Liebe zielen. Man rechnet nicht unbedingt damit, dass einen ein Krimi zum gründlichen Nachdenken über die Liebe zwingt. Bei mir ist es jedenfalls aus mit der trägen Sonntagabend-Gemütlichkeit, die Fragen beunruhigen mich, und vielen Zuschauern ergeht es sicher ähnlich. Vor meinem geistigen Auge sehe ich, wie Paare, die bis dahin einmütig mit ihrem Partner auf dem Sofa saßen, dem Täter auf der Spur, für einen Moment innehalten und zumindest im Stillen über die Qualität ihrer Beziehung nachdenken. Ein Seitenblick zum Gegenüber: Würde sie, würde er, würde ich ...

Warum die Irritation? Die Sätze haben es in sich: Es sind Gretchenfragen, was die Liebe angeht. Die Dresdener «Tatort»-Kommissarin Henni Sieland stellt sie ihrem Freund Ole. Auslöser ist die Begegnung mit einem beeindruckenden Ehepaar. Der Mann sitzt nach einem Unfall im Rollstuhl, seine Ehefrau versorgt und pflegt ihn voller Hingabe und Zärtlichkeit. Man sieht ganz deutlich: Sie tut das nicht bloß aus Mitleid oder aus Pflichtgefühl, sie liebt ihn mit Leib und Seele, es gibt kein Vertun. Der Mann wird nie wieder gehen können, er wird vieles nie wieder tun können. Das hat fatale berufliche und private Folgen für ihn und seine Frau, das ist eine enorme Zäsur in der Beziehung, das stellt alles auf den Kopf, den Alltag, die Zukunftspläne - und die Frau liebt den Mann einfach weiter.

Ich fragte mich: Werde ich auf diese Weise geliebt? Diese Weise heißt: bedingungslos. Ich möchte so geliebt werden, bedingungslos, ohne Wenn und Aber! Und: Wie steht

es um mich, könnte ich das auch, ohne Wenn und Aber weiterlieben trotz aller Zumutungen, die eine Pflegebedürftigkeit mit sich bringt? Vielleicht stößt sich der eine oder andere an der Formulierung, *weiterlieben*, das ist doch selbstverständlich, möchte man meinen.

Ist es das wirklich? Niemand zählt, wie oft Menschen ihren Partner verlassen, weil sie ihn in seiner Krankheit nicht ertragen können oder wollen. Darüber gibt es keine Daten, man kennt es nur vom Hörensagen. Mir sind solche Geschichten zugetragen worden, traurige Geschichten, die nicht unbedingt von Lieblosigkeit erzählen. Manchmal scheitert die Liebe an Überforderung. Und wer hat dann keine Schuldgefühle?

Haben Sie sich schon einmal gefragt, was Sie machen würden, wenn Ihr Partner morgen im Rollstuhl säße? Was Liebe für Sie ist? Ist es, mit dem Menschen an Ihrer Seite dieses neue schwierige Leben zu teilen, mit allen Belastungen und Einschränkungen, und das nicht widerstrebend und schlecht gelaunt, sondern mit Freude? Wollen Sie wissen, wie Sie reagieren würden, wenn es Sie in Ihrer Partnerschaft träfe, wollen Sie wissen, wie Ihr Partner reagieren würde, wenn Sie auf ihn angewiesen wären?

Für die Kommissarin dulden diese Fragen keinen Aufschub, sie brennen ihr unter den Nägeln. Sie braucht die unverzügliche Antwort darauf, was sie in ihrer Beziehung erwarten darf, was sie hoffen kann. Vielleicht haben die Zweifel bereits länger an ihr genagt, und nun ist die Stunde der Wahrheit gekommen.

Sie sitzt also in ihrem Streifenwagen und ruft ihren Freund an, der steht nichtsahnend im Supermarkt und überlegt, ob er ihr Couscous zum Abendessen kredenzen soll. «Willst du Couscous?», fragt er munter, man merkt, er hält sich für einen liebevollen Partner, der sich um das Wohl seiner hart arbeitenden Freundin sorgt. Und sie: «Was

würdest du machen, wenn ich morgen im Rollstuhl säße? Was ist eigentlich Liebe für dich?»

Dem Mann fällt auf die Schnelle keine Antwort ein, der Regisseur hat eindrücklich in Szene gesetzt, wie Ole mit sich ringt, wie er schweigt, kämpft, schrecklich, es vergehen zu viele Sekunden, bald ist alles verloren, denkt man, man kann gar nicht hinsehen. Die Kommissarin lauscht in ihr Handy, nichts, keine Antwort.

«Ich mache Schluss», sagt sie, der Zuschauer weiß nicht, ob sie das Gespräch beendet oder die Beziehung. Jedenfalls leidet man als Zuschauer mit, man möchte Ole am Kragen packen und die fundamentalen Sätze aus ihm herauschütteln, die seine Freundin hören will. Die Sätze sind: «Du erwischst mich gerade auf dem falschen Fuß, ich stehe vor dem Regal mit der Hirse, aber gut, meine Antwort ist: Ich werde für dich da sein, wenn du im Rollstuhl sitzt, natürlich. Ich werde immer für dich da sein. Mach dir keine Sorgen. Liebe ist für mich, für dich da zu sein.»

Das wären die notwendigen Sätze gewesen, ein Aufatmen bei der Kommissarin, ein Lächeln, der Übergang zum Alltag, ja sehr gern Couscous, Schatz, ich freue mich. Ole hätte mit dieser Antwort die Liebe neu belebt, die Beziehung gerettet und gestärkt.

Worte sind in der Liebe oft eine Handlung, sie sind es, die eine gemeinsame Wirklichkeit erschaffen. Wenn jemand das erste Mal «Ich liebe dich» sagt und der andere erwidert: «Ich dich auch», ist das einer der zwei großen Gänsehautmomente der Liebe. Der nächste: wenn das Paar sich feierlich verspricht, die guten und die schlechten Zeiten miteinander zu teilen. Ob im stillen Kämmerlein oder vor Gott und der Welt gegeben, katapultiert einen dieses Versprechen aus der Gegenwart der Liebe in ihre Zukunft, in die verschiedensten Modi von Zukunft, in glorreiche und deprimierende. Das ist quasi eine imaginäre Zeitreise nach vorn, um sie anzutreten, braucht es Vertrauen in die Stärke

der Liebe und in sich selbst. Ein Versprechen ist eine enorme Leistung des Geistes und der Seele, ein Meisterstück. Denn: Der Versprechende macht von sich selbst eine positive Aussage, die eine Person betrifft, die er noch gar nicht ist im Moment des Versprechens. Wenn ich im Jahr 2018 etwas verspreche, das auch im Jahr 2034 eine Relevanz haben soll, dann habe ich keine Kenntnis über die Frau, die ich 2034 sein werde. Vielleicht hat mich das Leben bis dahin auf eine Weise gebeutelt, dass ich egoistisch geworden bin und denke: Es geht mir nur noch um mich, was schert mich mein Geschwätz von 2018? Vielleicht ist auch mein Partner auf eine Weise ein anderer geworden, dass er mir derart fremd ist, dass ich mich nicht mehr an ihn gebunden fühle. Allein sich vorzustellen, das Versprechen einhalten zu können und zu wollen, zeugt also von Größe. Die noch größere Leistung ist allerdings: den Willen wirklich zu «verlängern», das Versprechen einzuhalten.

Der Philosoph Friedrich Nietzsche würdigt diesen Willensakt, indem er sagt, dass im Versprechen der «Sinn der ganzen Menschheitsgeschichte» liegt.

Das alles ist abstrakt und wird erst konkret, wenn ich jemanden liebe, der plötzlich schwer krank wird und Pflege braucht, meine Pflege. Wenn ich versprochen habe, immer für den geliebten Menschen da zu sein, habe ich damit auch gemeint, dass ich mein Leben in den Dienst seiner Gesundheit stellen werde? Oder hatte ich «lediglich» kleinere Widrigkeiten im Sinn, die meinen Alltag nicht komplett und vielleicht dauerhaft verändern, blockieren, wie eine schwere Krankheit es tut?

Die Krux bei der Liebe liegt in den Worten. Im Dialog konstruieren zwei Subjekte eine Wirklichkeit, doch diese zwei Subjekte haben nicht immer das gleiche Verständnis von der Bedeutung der Worte. Diese bilden damit lediglich den Anfang, dem auf dem Fuße die Anstrengung folgen muss, die Weltsichten der beiden Individuen auf einen Nen-

ner zu bringen, sodass sich das Versprechen zur beiderseitigen Zufriedenheit erfüllen kann.

«Liebe ist nur ein Wort» heißt ein Roman von Johannes Mario Simmel, der Titel bringt die komplizierte Sache mit der Liebe auf den Punkt: «Liebe» ist in der Tat zunächst einmal bloß ein Wort und damit eine trügerische Idylle. Dahinter eröffnet sich für jeden Menschen eine für ihn charakteristische Welt von Gefühlen und Gedanken, Lichtblicken, Abgründen.

Schon in einer Paarbeziehung, in der beide Partner gesund sind, müssen sich die Liebenden nach dem Liebesgeständnis darauf einigen, was jeder für sich ausdrücken will, wenn er sagt: «Ich liebe dich.» Die hermetische Sprache der Liebe führt leider regelmäßig zu tragischen Missverständnissen.

Zum semantischen Wirrwarr trägt bei, dass wir «Liebe» inflationär gebrauchen, wir lieben auch Blumenkohl, Urlaub auf Mallorca oder Rollkragenpullover. Für den Philosophen Emmanuel Levinas ist deshalb schon der Begriff «Liebe» verdächtig, er beobachtet, dass dessen Bedeutung zunehmend an Signifikanz verliert und eine bestimmte Art, etwas zu lieben, mit einer anderen Art in einen Topf geworfen wird, sodass am Ende alles und jedes geliebt wird und die Objekte und die Liebe zu ihnen miteinander verschwimmt und es keine exklusive Bedeutung mehr gibt, die weitere Bedeutungen entschieden ausschließt. Was von der Liebe bleibt, das sind diffuse Befindlichkeiten im Sinne von «mögen». Levinas sagt deshalb: «Ich misstraue dem Wort Liebe, das verdorben ist.»

So weit würde ich nicht gehen, ich vertraue dem Wort durchaus. Ich empfehle aber, sehr vorsichtig damit umzugehen, es im Gebrauch unter die Lupe zu nehmen, es auf seinen Gehalt hin abzuklopfen. Was für eine Liebe meine ich, wenn ich von Liebe spreche? Erotische Liebe, Nächs-

tenliebe, kameradschaftliche Liebe? Und: Auf wen bezieht sich meine Liebe?

Fast jedes Paar muss sich bemühen zu begreifen, was der Einzelne unter dem Begriff «Liebe» versteht. Manchmal stimmen die Vorstellungen von vornherein überein, in den meisten Fällen bedarf es der Kommunikation. Denken wir allein an das Thema «Heirat». Manche gehen davon aus, dass der, der liebt, heiraten will, heiraten muss, keine Liebe ohne Ehe. Andere hingegen wollen partout nicht heiraten. Obwohl sie lieben, gerade weil sie lieben. Sie sind davon überzeugt, dass der, der wahrhaft liebt, nicht heiraten sollte, weil ein Romantiker mit der Liebe keine Verträge schließt. Da spielen sich Dramen ab, die nicht selten in einer Trennung münden.

Erreicht ein Paar schließlich eine respektable Schnittmenge, was sein Verständnis von Liebe angeht, kann diese in ihrer ganzen Pracht gelebt werden. Es ist ungeheuerlich, wie glücklich Liebe machen kann, man will mehr und mehr davon. Das ist der Grund, warum die Liebe hoch im Kurs steht, man erwartet von ihr nichts Geringeres als Glück, sie gilt den meisten Menschen als der Sinn des Lebens. Wie Hermann Hesse sagt: «Glück ist Liebe, nichts anderes. Wer lieben kann, ist glücklich.» Das ist wahr, doch schwierig umzusetzen. Wäre es simpel, lebten wir im Paradies. Wohl gemerkt, Hesse sagt nicht: Wer geliebt wird, der ist glücklich. Nein, er spricht vom Tun in der Liebe, vom Lieben. Demnach müsste Goethes Werther ein glücklicher Mann gewesen sein, seine Liebesfähigkeit war enorm, er gilt als einer der bedeutendsten und einflussreichsten Liebenden der Weltliteratur. Der Literaturwissenschaftler Gerhard Neumann schreibt in seinem Aufsatz «Lektüren der Liebe»: «Die Vorstellung von Liebe, wie sie in Goethes Werther-Roman 1774 zum ersten Mal in die Welt trat, hatte unabsehbare Folgen für das sich neu herausbildende Verständnis von Passion und Begehren; sie hatte Folgen für die

Bedeutung der Liebe im gesellschaftlichen Leben der Menschen in der europäischen Moderne, die nach der großen bürgerlichen Revolution heraufzuziehen begann.»

Werther liebt tapfer und unbeirrt, obwohl Lotte, seine Angebetete vergeben ist, er beruft sich auf sein Herz, das ihm allein gehört, so sagt er voller Inbrunst und ohne das Kalkül der Erwartung von Gegenliebe. Diese romantische Unbedingtheit kann man verrückt finden (und als «amour fou» deklarieren), man kann sie aber auch bewundern, das haben viele Zeitgenossen Goethes und auch spätere Leser getan. Am Ende scheitert Werther aber doch daran, dass er auf keine Gegenliebe stößt. Anstatt Lotte ein Leben lang aus der Ferne zu verehren wie ein Minnesänger, der sein Glück und überdies seine Selbstvervollkommnung aus dem reinen Liebesdienst schöpft, erschießt Werther sich. Selbstaufgabe statt Selbstfindung durch die Liebe. Werthers Geschichte ist eine gelungene Parabel für den zutiefst menschlichen inneren Kampf zwischen Bedingungslos-lieben-Wollen und der Sehnsucht, geliebt zu werden, immer eine Gratwanderung.

Lieben können macht nicht um jeden Preis glücklich, es ist eine Kunst, eine hohe Kunst, die Erich Fromm in seiner «Kunst des Liebens» beschreibt. Die meisten Frauen und Männer finden das mit der Kunst und dem Lieben weniger erstrebenswert, sich noch einmal auf die Schulbank zu setzen, um Liebe zu lernen, das ist anstrengend. Die Liebe soll über einen kommen und perfekt sein, man möchte «einfach so» etwas abkriegen vom Liebeskuchen, am besten das größte Stück, das liegt wohl in der Natur des Menschen. Geliebt zu werden, das ist wie sich in der Sonne aalen, es ist hell und warm, ohne dass man etwas tun muss. Man kann sich hundert Mal sagen, Geben ist seliger denn Nehmen, ohne Nehmen scheint es nicht zu gehen.

Bei der «Verteilung» fangen dann also auch die Probleme an: ein Übermaß an Liebe, das einen erdrückt; zu wenig

Liebe, was einen der Liebe hinterherhecheln lässt wie der Teufel der armen Seele; gänzlich unerwiderte Liebe, die einem das Herz bricht. Die Menschen suchen ständig nach Lösungen für diese Nöte, nach Wegen und Möglichkeiten, das Maß an Liebe auszubalancieren. Das ist kein moralinsaurer Vorwurf, wir sind in unserem Liebesverhalten Menschen, keine Götter. Natürlich ist die Liebe auf Gegenseitigkeit ausgerichtet, doch wir stehen uns selbst im Weg, wenn wir den anderen mit unseren massiven Erwartungen konfrontieren und bereits im Vorfeld die Rüstung anlegen. Ich bin bereit, dir dieses oder jenes zu geben, was bekomme ich dafür zurück? Liebe erfordert die Bereitschaft, sich selbst nicht als Nabel der Welt zu begreifen und ein erwachsenes Ego zu entwickeln, das Verantwortung tragen kann. Leider sind wir Kinder unserer Zeit, und das Wissen um das wahre Wesen der Liebe, die eben kein Tauschgeschäft sein kann, ist verschüttet.

Kommen wir zurück zu den Gretchenfragen: Welchen Weg wähle ich, wenn ich jemanden liebe, der nicht mehr «richtig» zurücklieben kann, weil er zum Beispiel Alzheimer hat? Welchen Weg wähle ich, wenn ich jemanden liebe, mit dem ich nicht mehr intim sein kann, weil er gelähmt ist? Was passiert dann mit der Liebe? Kann ich unter diesen Umständen noch Glück in der Liebe empfinden?

Es ist bemerkenswert, dass es für sämtliche Beziehungsprobleme Ratgeber gibt, die einvernehmlich von der Prämisse ausgehen: Deine Beziehung ist nicht in Ordnung, doch keine Sorge, Rettung naht. Beziehungen sind nicht statisch, sie wandeln sich im Laufe der Zeit, du musst nur produktiv damit umgehen. Beziehungsarbeit lautet das Schlagwort. Was einem alles an Katastrophen widerfahren kann, wenn man liebt, und wie man es trotzdem schafft, weiterzulieben, füllt Bibliotheken. Auf alle Fälle steigt man

am Ende immer wie ein Phönix aus der Asche, ob zu zweit oder allein.

Was bis jetzt ausgespart wurde: die Auswirkungen von Pflegebedürftigkeit auf die partnerschaftliche Liebe. Da muss erst ein «Tatort» kommen, um auf das Thema aufmerksam zu machen. Dabei ist die Wahrscheinlichkeit, von dieser Art Wandel betroffen zu werden, ausgesprochen hoch. Fakt ist, dass unsere Lebenserwartung steigt und steigt und damit die Aussicht, an der Seite des Partners nicht nur alt, sondern auch krank zu werden. Darüber hinaus gibt es reichlich junge Menschen, deren Partner von heute auf morgen Pflege braucht, denken wir an den prominenten Fall von Michael Schumacher, ein Ausbund von Vitalität, von heute auf morgen aus seinem Alltag gerissen.

Es existieren zahlreiche Publikationen darüber, wie Kinder die Pflege ihrer Eltern übernehmen, sie meistern oder daran scheitern. Das Thema steht im gesellschaftlichen Fokus, wird in den Medien rege diskutiert. Doch die Liebe zwischen Eltern und Kindern und die Liebe eines Paares, das sind gänzlich verschiedene Arten von Liebe, sie sind in keiner Weise zu vergleichen. Die Liebe der Eltern zum Kind ist eben idealerweise bedingungslos, da gelingt das, was zwischen Erwachsenen selten gelingt. Es gibt somit ein «Gefälle» zwischen Kindern und Eltern. Sind die Kinder groß, können sie den alten und gebrechlichen Eltern eine fürsorgliche Liebe entgegenbringen. Dazu müssen sie mit den Eltern im Reinen sein, Verletzungen und Enttäuschungen aus der Kindheit verarbeitet und verziehen haben. Psychologen nennen diesen Entwicklungsstatus «filiale Reife».

Über die speziellen Konflikte, die entstehen können, wenn in einer Beziehung jemand schwer krank wird, wissen wir so gut wie nichts. Der Bereich der partnerschaftlichen Liebe ist bis jetzt offensichtlich ein Tabu. Liebesbeziehung und Pflegebeziehung, Liebe und Bedürftigkeit, das scheint auf den ersten Blick nichts zu sein, was wir miteinander

in Verbindung bringen würden oder möchten. Zu den unumstrittenen Liebesidealen unserer Zeit gehört, dass Partner sich auf Augenhöhe begegnen, dass man sich aus freier Entscheidung heraus liebt und nicht zusammenbleiben muss, weder aus finanziellen Gründen noch als Folge von anderen Abhängigkeiten.

Vor dem Hintergrund von Autonomie und Freiheit jonglieren wir nur allzu gern mit den unkomplizierten Dimensionen, die unser Versprechen haben kann. Wenn wir uns etwa in der Beziehung entsetzlich langweilen, begreifen wir das schon als schlechte Zeit und jammern herum. Wir erinnern uns an unser Versprechen, die schlechte Phase durchzustehen – oder wir werden vom jammernenden Partner daran erinnert: Unsere Ehe ist trist und grau, ein Tag ist wie der andere. Sollte es für mich nicht immer rote Rosen regnen? Du liebst mich nicht mehr! Das sind die Vorwürfe, die uns mobilisieren. Liebe wird zum Gegenteil von Langeweile. Wir versuchen, in die Jahre gekommene Beziehungen aufzufrischen, wir lesen Ratgeber, wir üben uns, wir üben mit dem Partner Liebe, indem wir zur Paarberatung gehen. Wir geben uns Mühe, was die Zeichen der Liebe angeht, wir denken an die Jahrestage der Beziehung, wir kaufen Geschenke am Valentinstag, zumindest Blumen. Wir erlernen gemeinsam mit dem Partner eine neue Sportart, um die Zusammengehörigkeit zu stärken, wir legen die Zeitung beim Frühstück zur Seite und reden endlich wieder mit unserem Gegenüber – wir erneuern unsere Liebe, wir kriegen das hin, das wäre ja gelacht!

Doch was ist mit den Blumen, wenn wir dem Partner oder der Partnerin eines Tages die Windeln wechseln müssen? Täglich, ohne Aussicht auf Besserung. Bleiben wir in Geberlaune? Da kommt dann eine schlechte Zeit auf uns zu, die ihren Namen wirklich verdient: Krankheit, unter Umständen für den Rest des Lebens. Das ist die schlechteste Zeit, die wir uns hätten ausmalen können, als wir verspro-

chen haben: in guten wie in schlechten Zeiten. Spätestens an diesem Punkt unseres Liebeslebens merken wir: Liebe ist nicht nur ein Gefühl, ein Wort, sie verlangt einem etwas ab: Güte. Liebe hat eine eigene Ethik.

Immerhin, dieses Versprechen ist für erstaunlich viele Liebende keine leere Formel. In einer europaweiten Studie geben 57 Prozent der Menschen, die ihren Partner pflegen, als Grund dafür Liebe an. 15 Prozent tun es nach eigenen Angaben aus Pflichtgefühl, 13 Prozent sehen sich moralisch dazu aufgerufen. Ob Pflichtgefühl und die Bereitschaft, Verantwortung zu tragen, allerdings nicht auch den veritablen Liebesgefühlen zugeordnet werden können, darüber kann und muss man nachdenken. In jedem Fall ist es wichtig, sich selbst seine Motive für die Pflegebereitschaft bewusst zu machen, um der Aufgabe langfristig gewachsen zu sein. Das Bewusstsein der eigenen Gründe und Möglichkeiten ist eine ideale Voraussetzung, um in kritischen Momenten auf diese inneren Ressourcen zurückgreifen zu können. Dem einen hilft es, sich an die unglaubliche Romantik der ersten Jahre zu erinnern, dem anderen helfen eher nüchterne Impulse wie der Gedanke daran, dass man gemeinsame Kinder hat, die man liebt, denen man nicht den Schock einer Trennung zumuten möchte. Es kann aber auch ein Haus oder eine Firma oder ein Dackel sein, das, die oder der die Bereitschaft, zu pflegen, anschiebt. Liebe ist mitunter sehr pragmatisch.

Ich mag auf alle Fälle die leiseren Liebesgefühle, die sich aus Haltungen wie Verantwortungsbewusstsein und dem Willen zur Treue speisen. Sie kommen nicht donnernd daher, das ist keine Oper, das ist eher Hintergrundmusik, die allerdings einen Takt angibt, der mich auf Verbindlichkeit hoffen lässt, auf Resonanz bei meinem Gegenüber.

Und geht es bei dieser ganzen Liebesdebatte nicht im Wesentlichen darum, dass man sich auf das Versprechen verlassen kann und darf, dass es verbindlich ist und damit

verbindend? Ständig werden wir dazu aufgefordert, im Hier und Jetzt zu leben, auch was die Liebe betrifft: Genießen soll man, Intimität mit oder ohne Nähe, feste Beziehung oder Sex aus dem Internet, es ist alles leicht zu haben, bloß ersehnen soll man nichts. Hat die Liebe keine Zukunft, dann bitte loslassen, nicht klammern, wenn doch Liebeskummer, dann zeitlich begrenzt, alles in bekömmlichen Dosen. Doch was bleibt dann noch von der Liebe? Ist sie in dieser Minivariante nicht ein Fähnchen im Wind, das sich jederzeit gegen uns selbst zu wenden droht – und das in einer Gesellschaft, die sich nicht gerade dafür rühmen kann, dem Einzelnen Wärme und Halt zu geben? Ich halte dieses Carpe-diem-Gebot in der Liebe für Kokolores und die Schnellebigkeit für eine ernste Bedrohung dieser Macht Liebe, von der die Schriftstellerin Sybille Berg sagt, sie ist das Einzige, was die Welt vor dem Untergang zu retten vermag. Da spricht sie ein großes Wort gelassen aus.

Es ist eine anthropologische Grundkonstante, dass der Mensch aus seiner radikalen Einsamkeit ausschließlich durch die Liebe erlöst wird. Er soll nicht allein sein, so steht es schon in der Bibel. Wir sind keine Einzelkämpfer. Kein weiser Mensch hat das je geleugnet, kein Dichter und kein Denker. Kaufleute sehen die Sache vielleicht anders.

Liebe kann nicht sein: Komme ich heute nicht, komme ich morgen, lass uns Sex haben, wie andere sich die Hände schütteln, ein Versprechen kriegst du nicht. Liebe ist an Verbindlichkeit gebunden, an Länge und Dauer, da sitzt die Wahrheit, da sitzt die Mühe. Liebe kann ein zäher Brocken sein, ein zäher Brocken werden.

Falls Sie es deshalb bevorzugen, die Finger von der Liebe zu lassen, bringen Sie sich um das, was alle von ihr wollen: Glück. Exakt dort, wo es weh tun könnte, hat die Schönheit der Liebe ihren Ort und haust das Glück, jedenfalls die realistische Option auf Glück, Seligkeit statt Spaß.

In der Erzählung «Die Toten» von James Joyce geht es um solch eine Liebe, die die Existenz aus den Angeln hebt. Gretta Conroy, die Ehefrau von Gabriel Conroy, hat sie in ihrer Jugend erlebt, ein junger Mann, der schwerkranke Furely, starb für sie. Er stand in einer kalten Nacht über Stunden vor ihrem Fenster, das kostete ihn das Leben. In der Geschichte geht es um Leben und Tod und um eine Liebe, die einen um das Leben bringt, die das Leben verkürzt und das kurze Leben damit aber unendlich kostbar macht, weil es intensiv war. Als Gretta Gabriel nach vielen Jahren der Ehe ihr Geheimnis offenbart und er blitzartig erkennt, was ihm entgangen ist mit seiner zurückhaltenden Art des Liebens und mit was für einer unerschütterlichen und unvergesslichen Wucht Liebe seine Frau beschenkt worden ist, denkt Gabriel: «Es war besser, kühn in jene andere Welt hinüberzugehen, in der ganzen Glorie einer Leidenschaft, als kläglich vor Alter zu schwinden und zu verwelken.» Weniger elegisch würde man heute wohl mit Matthias Schweighöfer sagen: Liebe ist nichts für Feiglinge.

Jetzt noch einmal die Gretchenfrage an Sie: Haben Sie sich in Hinblick auf Ihr Liebes-Versprechen schon einmal gefragt, ob Sie Ihren Partner pflegen würden? Sind Sie sicher, dass Sie es tun würden, haben Sie sogar schon mit Ihrem Partner darüber gesprochen?

Vielleicht gehören Sie auch längst zu den ca. drei Millionen Deutschen, für die die Pflege des Partners zum täglichen Leben gehört, und Sie denken aus diesem Grund über Ihre Liebe nach. Obacht: «Pflegebedürftig» - damit ist hier gemeint, dass jemand offiziell im Sinne der Pflegeversicherung bedürftig ist, das heißt gesetzlichen Anspruch auf Leistungen aus der Pflegekasse hat. Es gibt eine sehr erhebliche «Dunkelziffer» von Menschen, die Pflege brauchen und bekommen und über keine Leistungen aus der Pflegekasse verfügen können, weil sie keine beantragt haben oder keine bekommen. Die inoffiziellen Zahlen lesen

sich also anders. Das Robert-Koch-Institut zählte bereits 2015 rund 4,7 Millionen Menschen, die Pflege brauchen. Offiziell werden es erst 2030 vier Millionen Menschen sein. Wichtig für Sie ist: Experten schätzen, dass es gegenwärtig ca. 6 Millionen Menschen gibt, die sich nicht mehr allein versorgen können. Ich finde, und das ist nicht zynisch gemeint: Auf eine Million mehr oder weniger kommt es gar nicht an. Es sind jedenfalls beeindruckend und auch beängstigend viele Menschen. Und: Es ist wichtig, vorbereitet zu sein.

Die gute Nachricht: Ob und in welcher Weise sich die Liebe durch Pflegebedürftigkeit verändern wird, lässt sich ebenso wenig vorhersagen wie die grundsätzliche Psychodynamik einer Beziehung – es ist alles möglich, das Beste inbegriffen. Aus der schlechten Zeit kann wieder eine gute werden.

Wie geht das? An welchen Punkten ist die Liebe besonders verletzlich, wenn der Partner Pflege braucht? Wie gelingt Lieben in Zeiten schwerer Krankheit? Wo sind die Fallstricke, wo vielleicht aber auch die Chancen, die Liebe anders, jedoch genauso erfüllend zu erfahren wie in den Zeiten der Gesundheit? Wo ist meine Grenze, wo hört meine Liebe auf, wo fängt meine Selbstliebe an? Was ist, wenn die Liebe zum Du und die Liebe zum Ich nicht mehr Hand in Hand gehen, für eine Weile, eine Pause oder für immer?

Um auf diese existenziellen Fragen eine Antwort zu bekommen, um dem, was mit der Liebe passiert, nicht ohnmächtig ausgeliefert zu sein, sondern es gestalten zu können, braucht es ein Vermögen, das ich «Liebeskönnerschaft» nenne, im Unterschied zur «Kunst des Liebens», wie sie Erich Fromm ausruft. «Kunst» ist mir im Zusammenhang mit der Liebe zu hoch gehängt, wie gesagt, wir sind Menschen, die Liebe bleibt bei uns auf dem Teppich, vom Boden aus ist allerdings reichlich Luft nach oben.

Mit der Rede von «Liebeskönnerschaft» lehne ich mich an den Begriff «Lebenskönnerschaft» an, ein wahrlich profundes Konzept zur Selbsterziehung des Menschen, das Dr. Gerd Achenbach, der Begründer der Philosophischen Praxis, erdacht hat und dass Menschen ein aus der Philosophie genährtes Wissen an die Hand gibt, ihrem Leben Dichte und Prägung zu verleihen. Dazu gehört wesentlich Übung.

Liebe ist ebenfalls eine Ausrichtung, eine Haltung, die geübt werden kann und soll und muss, die verbessert werden kann wie die Kraft eines Muskels. Die Menschen unserer Tage optimieren leider eher ihre Körper und schleppen sie täglich ins Fitnessstudio, anstatt der Liebe eine Form zu geben, sei es die Liebe zum Gegenüber oder zu sich selbst. Man kann sich selbst dazu anhalten, gewissenhaft zu lieben, eine herrliche Aussicht, wie ich finde. Dabei darf man auch getrost immer wieder scheitern, der Weg ist hier das Ziel, wenn mir diese platte Formulierung erlaubt ist, hier passt sie. Wir sollen uns des Glücks der Liebe als würdig erweisen, darum geht es. Liebeskönnerschaft ist keine Frage der Effizienz, sie verpflichtet nicht zum «Gewinnen», sie ist eine Sache des guten Willens, ein beständiges Streben, ein steter Tropfen.

Um ein Liebeskönner oder eine Liebeskönnlerin zu sein oder zu werden, ist es vonnöten, sich mit der Idee der Liebe zu befassen, mit ihrer Geschichte – und mit Geschichten.

Die Lektüre von Liebesgeschichten ist neben der philosophischen Betrachtung der Liebe seit Menschengedenken eine bewährte Methode, um etwas über die Liebe zu lernen. Liebesgeschichten sind tausend Mal besser als jeder Ratgeber, denn sie geben keinen Rat. Ratschläge sind wie Schläge, sie drängen einen in eine bestimmte Richtung. Liebesgeschichten dagegen geben Seelenfutter, Trost, Erklärung, Aufklärung und lassen einem dabei die Freiheit, sich dafür zu entscheiden, was man aus ihnen mitnehmen will. Und

im besten Fall sind Liebesgeschichten auch noch Kunst und Unterhaltung.

Die Liebesgeschichten in diesem Buch sind nicht fiktiv, es sind wahre Begebenheiten. Ich habe Liebende besucht, in deren Leben die Pflegebedürftigkeit eine zentrale Rolle eingenommen hat. Sie haben mir anvertraut, was mit ihrer Liebe passiert ist. Ich durfte sie auf den Wegen ihrer Liebe begleiten, auf Irrwegen, Umwegen, Abwegen, Zuwegen, und habe die «Stationen» der Liebe nachgezeichnet. Die Erzählungen veranschaulichen unter anderem schwierige Entscheidungssituationen, die Anpassung an den Umgang mit einem komplett veränderten Alltag, zeigen Bewältigungsstrategien, um liebesferne Emotionen wie Ekel, Frustration oder Aggression zuzulassen und überwinden zu können und sind auch eine Auseinandersetzung mit der eigenen Vergänglichkeit. Das sind keine Kuschelthemen, trotzdem macht jede Geschichte Mut zur Liebe, indem sie eine Fährte legt, von der man sich anregen lassen kann, der man nachgehen kann, wenn man in einer ähnlichen Lage ist oder sich seelisch-geistig darauf vorbereiten möchte, falls man in eine solche Lage kommt.

Lassen Sie sich von diesen Geschichten treffen und bewegen, wie ich von den Fragen im «Tatort» getroffen und bewegt wurde. Man kann aus ihnen viel lernen, in ihnen entfaltet sich ein Kaleidoskop von Liebesformen und unterschiedlichsten Gedanken und Gefühlen.

Es sind Protokolle von kleinen und großen Lieben, von Vernunftlieben und leidenschaftlichen Lieben, von Zuversicht und Freude, von Verzweiflung und Trauer, von Neuanfang und von Abschied. Es sind Protokolle der Liebe zum Partner und auch zu sich selbst, deren Beginn von Liebe markiert ist und deren Ende Liebe ist, eine veränderte Form von Liebe. Aber eben Liebe.

Vielleicht entwickelt sich bei Ihnen im inneren Dialog mit den Menschen, die sich offenbaren, das Interesse dar-

an, Ihr eigenes Talent zur Liebeskönnerschaft zu entdecken, es auszubilden. Vielleicht finden Sie bei der Lektüre sogar die Antworten darauf, was Sie machen würden, wenn Ihr Partner morgen im Rollstuhl säße – und was für Sie Liebe ist.

[...]