

Stephen A. Mitchell
Kann denn Liebe ewig sein?

Das Anliegen der Buchreihe Bibliothek der Psychoanalyse besteht darin, ein Forum der Auseinandersetzung zu schaffen, das der Psychoanalyse als Grundlagenwissenschaft, als Human- und Kulturwissenschaft und als klinische Theorie und Praxis neue Impulse verleiht. Die verschiedenen Strömungen innerhalb der Psychoanalyse sollen zu Wort kommen, und der kritische Dialog mit den Nachbarwissenschaften soll intensiviert werden. Bislang haben sich folgende Themenschwerpunkte herauskristallisiert:

Die Wiederentdeckung lange vergriffener Klassiker der Psychoanalyse – wie beispielsweise der Werke von Otto Fenichel, Karl Abraham, W. R. D. Fairbairn und Otto Rank – soll die gemeinsamen Wurzeln der von Zersplitterung bedrohten psychoanalytischen Bewegung stärken. Einen weiteren Baustein psychoanalytischer Identität bildet die Beschäftigung mit dem Werk und der Person Sigmund Freuds und den Diskussionen und Konflikten in der Frühgeschichte der psychoanalytischen Bewegung.

Im Zuge ihrer Etablierung als medizinisch-psychologisches Heilverfahren hat die Psychoanalyse ihre geisteswissenschaftlichen, kulturalistischen und politischen Ansätze vernachlässigt. Indem der Dialog mit den Nachbarwissenschaften wiederaufgenommen wird, soll das kultur- und gesellschaftskritische Erbe der Psychoanalyse wiederbelebt und weiterentwickelt werden. Stärker als früher steht die Psychoanalyse in Konkurrenz zu benachbarten Psychotherapieverfahren und der biologischen Psychiatrie. Als das anspruchsvollste unter den psychotherapeutischen Verfahren sollte sich die Psychoanalyse der Überprüfung ihrer Verfahrensweisen und ihrer Therapie-Erfolge durch die empirischen Wissenschaften stellen, aber auch eigene Kriterien und Konzepte zur Erfolgskontrolle entwickeln. In diesen Zusammenhang gehört auch die Wiederaufnahme der Diskussion über den besonderen wissenschaftstheoretischen Status der Psychoanalyse.

Hundert Jahre nach ihrer Schöpfung durch Sigmund Freud sieht sich die Psychoanalyse vor neue Herausforderungen gestellt, die sie nur bewältigen kann, wenn sie sich auf ihr kritisches Potential besinnt.

BIBLIOTHEK DER PSYCHOANALYSE
HERAUSGEGEBEN VON HANS-JÜRGEN WIRTH

Stephen A. Mitchell

Kann denn Liebe ewig sein?

Psychoanalytische Erkundungen
über Liebe, Begehren und Beständigkeit

Aus dem Amerikanischen von Theo Kierdorf
in Zusammenarbeit mit Hildegard Höhr

Psychosozial-Verlag

Titel der Originalausgabe: »Can Love Last?«
New York: W. W. Norton & Company
© 2002 by the Estate of Stephen Mitchell.
All rights reserved.

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.

2. Auflage 2020

© der deutschen Ausgabe 2004 Psychosozial-Verlag, Gießen
E-Mail: info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert
oder unter Verwendung elektronischer Systeme
verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: François Gérard, *Cupid und Psyche*, 1798
Umschlaggestaltung nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar
ISBN 978-3-8379-2986-7

Für Margaret, Caitlin und Samantha

Inhalt

| | |
|--|-----|
| Vorwort von Margaret Black, C. S. W. | 9 |
| Einleitung | 19 |
| 1. Sicherheit und Abenteuer | 29 |
| 2. Die seltsamen Schleifen der Sexualität | 57 |
| 3. Idealisierung, Phantasie und Illusionen | 93 |
| 4. Aggression und die Gefahr des Begehrens | 121 |
| 5. Schuldgefühle und Selbstmitleid | 149 |
| 6. Kontrolle und Verpflichtung in der romantischen Liebe | 179 |
| Anmerkungen | 211 |

Vorwort

von Margaret Black, C. S. W.

Unsere Welt ist voller brillanter Denker, und wir werden unablässig mit neuen erstaunlichen Informationen überschwemmt: über unsere Möglichkeiten, die menschliche Intelligenz mit Hilfe von Computern künstlich nachzubilden, über Feinheiten der Genetik und die immer größer werdende Wahrscheinlichkeit der baldigen Herstellung eines lebensfähigen menschlichen Klons. Doch die Themen, die uns in unserem alltäglichen Erleben am stärksten berühren, bleiben irgendwie undurchsichtig und geheimnisvoll – zwar theoretisch wohldurchdacht, aber in der Praxis weiterhin ungelöst und somit unbefriedigend. Uns allen wurde ein einziges Leben geschenkt, das wir erfüllend und sinnvoll leben wollen. Wir möchten, dass Liebe und Leidenschaft ihren Platz darin haben. Viele von uns sehnen sich danach, dass in einer Beziehung zu einem bestimmten anderen Menschen, der uns wichtig ist, Leidenschaft entsteht und dauerhaft bestehen bleibt. Die entscheidenden Fragen zu formulieren scheint nicht schwer: Wie spüren wir, dass unsere intimen Beziehungen sowohl leidenschaftlich als auch bedeutungsvoll sind? Kann bedeutungsvolle Leidenschaft von Dauer sein? Wie kann sie trotz all der ständigen Herausforderungen, mit denen wir im Leben konfrontiert werden – angesichts unserer zahlreichen Alltagsbelastungen, der alltäglichen Routineaufgaben, der Kindererziehung und des Älterwerdens – überleben?

Unsere besten Denker sind uns in dieser Hinsicht keine besondere Hilfe. Obwohl Freud zweifellos ein Genie und als Schöpfer der Psychoanalyse erstaunlich produktiv war, ist uns seine Sicht zur hier angesprochenen Thematik nicht besonders nützlich, und ganz sicher ist sie nicht gerade optimistisch. Nach seinem Verständnis der menschlichen Psyche sind sexuelle Leidenschaft und dauerhafte Liebe unterschiedlichen Ursprungs, die eine primitiv, die andere zivilisiert, wodurch sie in einem umgekehrt proportionalen Verhältnis zueinander stehen. Eine leidenschaftliche sexuelle Beziehung ist für Zärtlichkeit und Respekt nicht die ideale Voraussetzung – und umgekehrt. Die Psychoanalyse, die

Die größte Schwäche des zeitgenössischen Denkens scheint mir zu sein, dass wir in übertriebener Ehrerbietung dessen verharren, was wir wissen, im Gegensatz zu dem, was wir noch nicht wissen.

André Breton

Oh as I was young and easy in the mercy of his means,
Time held me green and dying
Though I sang in my chains like the sea.

Dylan Thomas, Fern Hill

Einleitung

Sigmund Freud¹ hat den weit verbreiteten Widerstand gegen seine außerordentlichen Beiträge zur westlichen Kultur einst zu erklären versucht, indem er seine Entdeckung des Unbewussten als die dritte von drei schweren Kränkungen des menschlichen Narzissmus bezeichnete. Die erste von diesen, die kosmologische Kränkung, war die kopernikanische Revolution. Wenn nicht die Sonne um die Erde, sondern die Erde um die Sonne kreist, befinden wir Menschen uns nicht im physikalischen Zentrum des Universums, nicht in seinem Kern und nicht an seinem Nabel, sondern kreisen selbst im Weltall um ein anderes Zentrum. Die zweite, biologische Kränkung war die durch Darwin verursachte Revolution. Wenn wir Menschen uns aus anderen, tierischen Arten entwickelt haben, müssen wir mit der harten Wahrheit fertig werden, dass Menschen keine einzigartigen Geschöpfe sind. Wir wurden nicht in einem Augenblick, in einem einzigen Akt göttlicher Inspiration geschaffen, sondern sind eher langsam, über riesige Zeiträume hinweg in mehreren »Anläufen« entstanden, entsprechend den Reaktionen des Lebens auf sich verändernde Umstände.

Seine Entdeckung des Unbewussten sah Freud als den dritten und stärksten Angriff auf den menschlichen Narzissmus an, als schwere Kränkung unseres Selbstwertgefühls. Vor Freuds Offenbarungen konnten wir winzigen Menschen in unserem herabgewürdigten Zustand – eine Lebensform unter unendlich vielen und eher an der Peripherie als im Zentrum des Geschehens – zumindest für uns in Anspruch nehmen, dass wir über uns selbst herrschen. Doch Freud zeigte, dass der Mensch nicht einmal »Herr in seinem eigenen Haus« (GW 12, S. 11) ist: Wir können nicht einmal beeinflussen, was in unserer Seele vor sich geht. »Denn diese Seele ist«, so Freud, »eine Hierarchie von über- und untergeordneten Instanzen, ein Gewirre von Impulsen, die unabhängig voneinander zur Ausführung drängen ...« (GW 12, S. 9). Unser bewusstes Erleben ist nur die Spitze eines gewaltigen Eisbergs unbewusster seelischer Prozesse, die in Wahrheit und ohne dass wir uns dessen bewusst sind, insgeheim, undurchschaubar und unaufhaltsam unsere Motive, unsere Werte und unsere Handlungen

prägen. Dies, so glaubte Freud, sei für uns Menschen schwer zu akzeptieren.²

Ich war immer der Meinung, dass er in diesem Punkt Unrecht hätte. Was er über die Kränkung der menschlichen Selbstüberschätzung durch die drei genannten intellektuellen Revolutionen gedacht hatte, war zweifellos richtig. Doch konnte er sich von seinem Standpunkt in der Geschichte aus unmöglich vorstellen, dass der Verlust, den diese intellektuellen Revolutionen verursacht hatten, durch die aus ihnen resultierenden Vorteile weit übertroffen werden würde.

Das wahre Ausmaß der Folgen des durch die kopernikanische Revolution verursachten Verlustes unserer zentralen Position im Universum wurde erst Jahrhunderte später deutlich. Wir haben nämlich nicht nur unsere Position im Zentrum des Geschehens verloren, sondern mittlerweile hat sich herausgestellt, dass unsere eindrucksvolle Sonne nur eine unter Milliarden anderer ist, von denen viele noch weitaus eindrucksvoller als die unsrige sind. Noch erstaunlicher ist vielleicht, dass wir Menschen erst Jahre nach Freuds Tod, als die Arbeit von Edwin Powell Hubble allmählich die ihr gebührende Anerkennung fand, zu erkennen begannen, dass viele Erscheinungen im Universum, die wir bis dahin für andere Sonnen oder vielleicht auch andere Sonnensysteme gehalten hatten, tatsächlich andere Milchstraßen waren und dass diese unzähligen Milchstraßen, unter denen die unsere nur eine ist, sich mit unvorstellbarer Geschwindigkeit voneinander entfernen. In Anbetracht dieser neueren Erkenntnisse habe ich das Gefühl der Demütigung, das unsere Vorfahren angesichts der kopernikanischen Entdeckungen befallen haben muss, zwar immer für sehr verständlich gehalten, doch aus unserer heutigen Sicht müssen uns ihre Probleme schon fast als niedlich erscheinen. Was haben wir denn geglaubt, wer wir seien? Der Mittelpunkt von allem? Aus heutiger Sicht ist der Verlust der völligen Selbstüberschätzung unserer Vorfahren weniger wichtig als die Fortschritte im Verständnis des ehrfurchtgebietenden und letztlich unfassbaren Universums, die wir dadurch erzielen konnten. Nachdem wir unseren Anspruch aufgeben mussten, der Mittelpunkt von allem zu sein, können wir uns nun als Teilhaber von etwas ansehen, das so außergewöhnlich, so unermesslich ist, dass es für Kopernikus ebenso unvorstellbar gewesen wäre wie für Freud.

Genauso verhält es sich mit Darwin: Zwar ist es schon fast eineinhalb Jahrhunderte her, seit er die grundlegenden Mechanismen des Evolutionsprozesses begriff, doch sind wir immer noch damit beschäftigt, die vielen Implikationen jener schockierenden Entthronung des Menschen, den Verlust seiner einzigartigen, heiligmäßigen Position im Verhältnis zu anderen Lebensformen zu verarbeiten. Zunächst erschien die Infragestellung der Existenz Gottes als die schwerwiegendste Konsequenz der Entdeckungen Darwins. Wenn wir nicht durch einen einmaligen Schöpfungsakt entstanden sind, so rasonierten Gläubige wie Ungläubige, dann existierte Gott vielleicht gar nicht. Der Verlust des Sonderstatus der Menschheit unter den Arten schien somit unvermeidlich dem Glauben an die Existenz des Göttlichen selbst jede Grundlage zu entziehen. Es war, als ob – um Nietzsche zu paraphrasieren³ – Gott und unser übersteigertes Gefühl, besonders wichtig zu sein, gleichzeitig gestorben wären. In neuerer Zeit jedoch haben tiefgründigere religiöse Denker (im Gegensatz zu den Kreationisten) gezeigt, dass die Evolutionstheorie den Glauben an einen göttlichen Plan oder einen göttlichen Willen keineswegs unmöglich macht. Die Theologen haben mittlerweile gelernt, das Wirken des Göttlichen in einem weniger einfältigen, komplexeren Rahmen zu sehen als unsere Vorfahren. Und viele nicht-religiöse Denker haben eine tiefere Beziehung zur Natur und zum Leben selbst entwickelt und sind über die verschiedenen Spielarten des neuen Umweltbewusstseins zu einer zeitgenössischen säkularen Religion gelangt. Dass wir Menschen uns als eine unter den vielen Arten im unendlichen Spektrum irdischer Lebensformen sehen, wird heute allgemein nicht mehr als entwürdigend empfunden. Vielmehr hat die Erkenntnis, dass wir innerhalb der Ökosphäre nur einen winzigen Bereich bewohnen, (und vielleicht auch das Erkennen unserer großen Verantwortung) viele Menschen dazu gebracht, sich als einen untrennbaren Teil von etwas Gewaltigem und Wunderbarem zu sehen – dem Leben selbst.

Ihrer zentralen Stellung im Universum beraubt, in der Natur entthront, musste Freuds Widerlegung der bisherigen Sicht des menschlichen Geistes als sich selbst durchschauend und vom Bewusstsein regiert den Menschen seiner Zeit als ein weiterer schwer zu ertragender

Verlust erscheinen. Doch ebenso wie die kopernikanische und die darwinsche Revolution ist auch die von Freud initiierte im Laufe der Zeit unseren stets spärlichen Bemühungen um die Stärkung unserer Selbstachtung zugute gekommen. Auch in diesem Fall erwies sich das, was wir zu verteidigen versuchten, als geringwertiger als das, was neu in unseren Blick rückte. Heute wissen wir, dass die Möglichkeiten unseres Bewusstseins, unsere Psyche zu beeinflussen, begrenzt sind. Doch wir sind mehr als unser Bewusstsein; wir sind auch unsere unbewussten Prozesse, wenn auch nicht auf genau die gleiche Art. Was wir aufgeben sollten, ist eine bestimmte Art von Hybris. Was wir gewinnen, ist die Teilhabe an etwas wesentlich Reicherem und Komplexerem, als wofür wir uns jemals hielten. Unsere Vorrechte als Herrscher über das kleine Lehnsgut des Bewusstseins, unseres Verstandes, können wir nicht länger beanspruchen; wir sind keine einzigartigen, transparenten, uns selbst erschaffenden und uns selbst steuernden Handelnden. Wir sind vielfältig, so haben wir entdeckt, und einige Aspekte unseres Erlebens sind mehr oder minder undurchsichtig, während andere mehr oder minder transparent sind. Jeder von uns ist zu einer Art buntscheckiger seelischer Gemeinschaft geworden. Eine Person zu sein ist heute offenbar viel schwieriger und anstrengender als je zuvor; es erfordert, dass wir uns entdecken und dass wir uns formen; wir müssen uns erforschen und uns kontrollieren.

Meine nun fast dreißigjährige psychoanalytische und psychotherapeutische Praxis hat mir die Möglichkeit gegeben, von einem interessanten und in mancher Hinsicht einzigartigen Standpunkt aus zu beobachten, wie Menschen zu verstehen versuchen, was und wer sie sind, und ich hatte in dieser Position das Privileg, an diesem Kampf teilzuhaben. Ich entdeckte jeden Tag viele Male neu, dass es für uns alle sehr schwierig ist, mit der Tatsache fertig zu werden, dass wir auf unser Leben und uns selbst so wenig Einfluss haben. Trotzdem beharren wir bewusst wie unbewusst weiter darauf, dass wir einen größeren Einfluss auf unsere Gefühle, unsere Beziehungen und unser Schicksal haben, als tatsächlich der Fall ist. Freud hat für solche Phantasien vor fast neunzig Jahren die Bezeichnung »Allmacht der Gedanken«⁴ eingeführt, und wir neigen heute noch ebenso sehr zu Allmachtsphantasien wie Freuds

Zeitgenossen. Die Überzeugung, dass wir das Geschehen beeinflussen können, ist für unser Sicherheitsgefühl von zentraler Bedeutung; doch wenn wir dem Leben eine illusionäre Kontrolle aufzwingen, ersticken wir seine Reichhaltigkeit. Allmacht erniedrigt authentisches Erleben zu seichter Manipulation. Je gefährdeter wir uns fühlen, desto stärker streben wir nach Kontrolle; je illusionärer die Kontrollen sind, die wir aufrechtzuerhalten versuchen, umso weniger Lebenskraft bleibt uns.

Das vorliegende Buch handelt von der romantischen Liebe und ihrem Vergehen.⁵ Ich habe dieses Thema gewählt, weil ich den Kampf um Vitalität und Sinn im Leben von uns Menschen, die wir am Übergang vom 20. zum 21. Jahrhundert leben, erforschen möchte. Wie die unüberschaubare Anzahl von Büchern, Zeitschriften und Fernsehsendungen über Selbsthilfemethoden und Themen der populären Psychologie und Spiritualität zeigt, lassen sich Vitalität und Sinn offenbar nicht so leicht fassen. Das moderne Leben ist für die Angehörigen aller sozialen Schichten schwierig, erschöpfend und verwirrend.

Was lässt uns das Leben als stabil erscheinen? Ist es Zielbewusstheit und Begeisterung? Ist es das Gefühl, dass unser Leben es nicht nur wert ist, gelebt, sondern auch kultiviert und ausgekostet zu werden? Romantische Liebe hat damit meiner Meinung nach eine Menge zu tun.

Es gibt viele Formen romantischer Liebe, einschließlich derjenigen, die unsere Beziehung zu uns selbst und unsere Beziehung zur Welt um uns betrifft – zu dem, was wir für »natürlich« halten, im Gegensatz zur Welt der von Menschen geschaffenen Dinge. Selbstliebe wird heute meist Narzissmus genannt, und viele Psychologen halten diesen mittlerweile für einen unverzichtbaren Bestandteil unseres Identitätsgefühls.⁶ Und die Natur, die Wildnis, wirkt auf viele Menschen unserer Zeit ungeheuer verführerisch, und sie sehen darin etwas, zu dem sie »zurückkehren« möchten. Obwohl wir uns auch mit diesen beiden Arten von Liebe beschäftigen werden, gilt unsere Hauptinteresse der romantischen Liebe als einer Art, andere Menschen zu lieben.

Aristoteles hat zu Beginn der westlichen Kultur die Ansicht geäußert, dass wir soziale Tiere seien. Doch erst in den letzten Jahrzehnten ist uns klar geworden, *wie* sozial wir sind. Wir werden mit einem Gehirn geboren, das ein hohes Maß an sozialer Interaktion und sprachlicher Beein-