

# Liebe

Fabian Engler

Berlin, den 18.06.2023

Der Mensch hat zwei Seiten, **die Gefühle und die Rationalität**. Oftmals sind diese zwei Seiten schwer miteinander zu vereinen da der Bereich der Philosophie in der Rationalität zu verorten ist. Daher würde ich den Begriff Liebe als Metabegriff verwenden, da Liebe eine Worthölse (Form) darstellt. Liebe könnte man so eingrenzen bzw. versuchen zu definieren um dem näher zukommen was sich philosophisch bearbeiten lässt:

1. Liebe ist ein Gefühl, welches unterschiedlichste **Reaktionen im Körper** verursacht.
2. Es ist eine **komplexe Beziehung** mit unterschiedlichen Ebenen (Gefühlsstufen).
3. Die Beziehung kann **nach Innen sowie nach Außen gerichtet** sein.

## 1. Die Reaktionen im Körper

Wir müssen differenzieren zwischen verliebt sein und der Liebe zu einer Person, Gegenstand etc. Der Prozess des Verliebtseins ist sehr komplex da hier viele Botenstoffe und Hormone wie Oxytocin („Bindungshormon“), Vasopressin, Dopamin („Glückshormon“) und Serotonin im Gehirn aktiv sind. Ein Cocktail der Gefühle wird ausgelöst, dank den vielen Botenstoffen fühlt es sich verrückt und intensiv an. Dazu kommen noch Hormone wie Testosteron und Östrogen sowie Adrenalin. Die Pheromone sind als Botenstoff ebenso wichtig, denn der Geruch ist entscheidend für die Partnerwahl (siehe hierzu: <https://www.quarks.de/gesellschaft/psychologie/so-beeinflussen-uns-pheromone-wirklich/>) Bestimmte Hirnareale werden dann geblockt und somit entsteht oft das Gefühl der Unvernunft. Hierzu ein Beitrag aus der Hirnforschung: <http://people.physik.hu-berlin.de/~bastis/ignobilis/hirnforschung.htm> . Also ist Liebe ein Programm im Hirn? Für das Verlieben bzw. verliebt sein spricht einiges dafür, doch es ist erst der Anfang (das Feuer ist erst entfacht).

## 2. Es ist eine komplexe Beziehung mit unterschiedlichen Ebenen

Je nachdem wie stark der Hormoncocktail war und mit was (oder wem) diese Beziehung eingegangen wird entsteht eine Verbindung. Wenn die Hormone und Botenstoffe heruntergefahren sind, können bestimmte Hirnareale wieder „normal“ arbeiten. Oft macht sich das bemerkbar durch eine „Ernüchterung“ der Gedanken. Die Frage ist, was ist da passiert und warum? Wir müssen uns erst sortieren und begreifen was da in uns vor geht. Es kann einen Unterschied machen, ob man seinen Porsche liebt oder eine Person, die einem das Gefühl der Geborgenheit gibt. Die Tiefe der Beziehung macht sich jetzt bemerkbar, was gibt uns dieses Gefühl? Wie stark ist dieses Gefühl und was verbinden wir damit? Fragen, die man sich nur beantworten kann, wenn man sich auf die Suche macht. Noch eine kleine Randbemerkung zum Thema gebrochenes Herz: Das gibt es wirklich und hat sogar einen Begriff in der Medizin, das Takotsubo-Syndrom. Es steht nicht ausschließlich mit dem Liebeskummer in Verbindung doch hat es einen Zusammenhang mit extremen emotionalen Situationen. Hierzu ein Link: <https://www.usz.ch/takotsubo-syndrom-der-tueckischen-erkrankung-auf-der-spur/>

## 3. Die Beziehung kann nach innen sowie nach außen gerichtet sein

Die Liebe zu sich selbst (nicht verwechseln mit Narzissmus) ist eher die Frage der eigenen Bedürfnisse und Wünsche (Vorstellungen). Gerne wird Selbstvertrauen, Selbstliebe und Selbstbewusstsein verwechselt oder als Synonyme verwendet. Das Erkennen von sich selbst, seine Grenzen so wie Fähigkeiten (Selbstbewusstsein) sowie der anschließenden Akzeptanz seiner Selbst würde ich als Selbstvertrauen begreifen. Man ist in der Lage sich einschätzen zu können und weiß was man kann oder nicht. Nun wäre der nächste Schritt sich anzunehmen wie man ist und zwar bedingungslos, das wäre nun die Selbstliebe. Die Liebe nach Außen gerichtet ist subjektiv verschieden und kann den eigenen Neigungen, Wünschen oder der eigenen Vorstellung entsprechen. Wen oder was man liebt, ist komplex und müsste individuell beantwortet werden. Seit Kindesbeinen an lernen wir uns kennen, verändern uns und unsere Interessen, daher ist Liebe am Ende Subjektiv und nur das Subjekt kann Liebe für sich definieren.

Zum Schluss lassen wir doch lieber den Poeten von der Liebe erzählen als den Philosophen und damit hat Goethe das letzte Wort:

Nirgends eine Welt von Nichts

Nirgend Menschen ohne Lieb.

Sonne kann nicht ohne Schein

Mensch nicht ohne Liebe sein.

Nichts nichts ist und nichts nichts gibt

Alles ist und alles liebt

(Johann Wolfgang von Goethe mit „Concerto Dramatico“)