

buch aktuell

Die Kunst zu lieben und geliebt zu werden

buch aktuell
werbemagazin **herbst '80**

Beste Parolle: Das Leben meiner Mutter
ECHO
Sittlich

Was die Liebe vorzuzug
LIEBE

Bilanz in eigener Sache
Jahrbuch

Ein Kampf um Beigrad
Das Journalistische in der Literatur
Mitte über die Jahre Künste in einem Augenblick

Sachbücher

PSYCHOLOGIE
Die Kunst zu lieben und geliebt zu werden

...die Liebe ist ein physisches Phänomen, das sich nicht durch den Willen steuern lässt. Sie ist ein Prozess, der sich über die Jahre hinweg entwickelt und sich in der Zeit verändert. Die Kunst zu lieben und geliebt zu werden ist eine Kunst, die sich über die Jahre hinweg entwickelt und sich in der Zeit verändert.

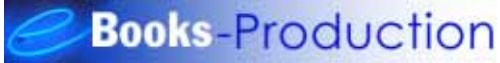
Psychologe Peter Lasater: Buchempfehlung
Wir dürfen uns nicht scheuen, die Liebe zu lieben und geliebt zu werden. Die Kunst zu lieben und geliebt zu werden ist eine Kunst, die sich über die Jahre hinweg entwickelt und sich in der Zeit verändert.

LIEBE PSYCHOLOGIE DER PHÄNOMENE
PETER LASATER

weiter blättern

Impressum

Digitalisierung: e-Books-Production



buch aktuell, Herbst 1980 Seite 14

Jede kommerzielle Nutzung und Verbreitung dieser e-Edition ist untersagt und bedarf einer schriftlichen Zustimmung.

Die Kunst zu lieben und geliebt zu werden

In seinem Buch "Die Liebe – Psychologie eines Phänomens" hat Peter Lauster die neun Mythen der Liebe unter die Lupe genommen und aus der Erfahrung seiner langjährigen Beratungspraxis entschlüsselt. Fazit: Liebe ist nichts Selbstverständliches – sie wächst durch optimale Entwicklung und Entfaltung der seelischen Liebesfähigkeit.

"Distanzieren Sie sich nicht, in dem Sie alles auf eine nur intellektuelle Ebene schieben", fordert Peter Lauster den Leser seines Buches bereits im Vorwort auf. Stattdessen möchte er dazu ermuntern, eigene Erfahrungen und Erlebnisse genauer zu beobachten und "einen subjektiven Erkenntnisprozess auslösen, der Sie der eigenen Liebesfähigkeit näher bringt".

Denn davon ist Lauster überzeugt: Wer intensiver und offener liebt und weniger gleichgültig durchs Leben geht, erreicht eine ganz andere Lebensqualität und Lebenserfüllung als die Mehrzahl der Menschen unserer Zeit.

Auf den 240 Seiten seines bei Econ erschienenen Buches schildert der Psychologe Fälle, die ihm in seiner täglichen Praxis begegnet sind und in denen der Leser Parallelen und Gemeinsamkeiten entdecken kann.

Da ist zum Beispiel Doris, 28 Jahre alt, unverheiratet und von Beruf Sachbearbeiterin. Sie möchte sich zwar gerne verlieben, kann es aber nicht. Ihr

Problem formuliert sie selbst: "Ich will ein sinnvolles Leben leben." Sie sucht in allem eine rationale Begründung, will alles rechtfertigen und sieht sich selbst und ihre Umwelt mit überkritischen Augen.

Dass sie Männer für "laut, angeberisch, aufgebläht, gewalttätig" hält, ist für Lauster unter diesen Umständen ganz selbstverständlich, denn: "Männer spüren diese Skepsis und verfallen in ein männliches Imponiergehabe, um vor ihr bestehen zu können, sie überspielen damit die eigene Angst."

Lauster versteht es, das seelische "Phänomen Liebe" in sehr eingänglichen und überraschenden Gedanken, Argumenten und Erkenntnissen darzustellen. Der Leser entdeckt immer wieder, dass es ihm so oder so auch schon einmal ergangen ist, und er ist dann gespannt, wie Lauster das Problem sieht und welchen Lösungsvorschlag er macht.

So mag es manchem Leser ergehen wie jenem Helmut, 38, verheiratet und von Beruf Industriekaufmann, der über seine Liebe zu seiner Frau berichtet: "Schon seit vielen Jahren liebe ich meine Frau nicht mehr, obwohl wir uns selten streiten und sich meine Frau nichts hat zu Schulden kommen lassen. Meine Frau ist hübsch, sie hat eine gute Figur, sie hat mich früher sexuell sehr gereizt, aber heute ist der Reiz für mich vorbei. Wir haben schon seit zwei Jahre nicht mehr miteinander geschlafen, ich verspüre einfach keine Begierde mehr, ich bin gleichgültig, doch habe ich sie gern – menschlich gesehen."

Im Gespräch analysiert Lauster, wie seine Frau für ihn zu etwas Selbstverständlichem geworden ist. Dagegen hat er nach beruflichem Erfolg gestrebt, war viel beschäftigt, hat ein Haus gebaut und ehrgeizige Ziele verfolgt. Lauster: "Wir müssen wieder sensitiv werden, um lieben zu können. Wer nur mit dem Verstand vorgeht, wird zum Roboter. Liebe ist fühlen, nicht denken. Sensitivität kann man jedoch



nicht kaufen und keiner kann sie einem geben, denn alles liegt in einem selbst."

Diesen Problemfällen aus der täglichen Praxis hat Lauster eine allgemeine Einführung in das "Phänomen Liebe" vorangestellt. Dabei stört er sich nicht daran, "dass man Liebe nicht empirisch-experimentell untersuchen kann, dass sie sich nicht messen, testen oder quantitativ erfassen und in Computern verrechnen lässt". Anders als andere Wissenschaftler, die unter diesen Umständen von einem solch komplizierten Thema lassen, setzt er sich mit der Liebe beobachtend und schlussfolgernd auseinander.

In diesem Sinne räumt er mit Mythen auf, die mit der Liebe verbunden sind:

- "Sexualprobleme gelöst – alle Probleme gelöst". Lauster räumt zwar ein, dass sexuelle Probleme (vor allem unterdrückte) eine wesentliche Rolle in Leben vieler Menschen spielen, ohne Liebe ist jedoch seelische Ausgeglichenheit nicht zu erreichen, "denn Sexualität ohne Liebe ist schal."
- "Der Orgasmus ist das Ziel der Liebe": Lauster setzt dagegen, dass der Orgasmus eher ein "Trick der Natur sei", wonach die Fortpflanzung so geregelt ist, dass sie gesteigerte Lustgefühle auslöst, dass sie also keine lästige Pflicht, sondern ein Vergnügen sei – deshalb könne der Orgasmus also nicht das Ziel der Liebe, sondern nur der Sexualität sein.
- "Technik ist wichtig für eine befriedigende Sexualität": Irrtum, sagt Lauster, denn mit Liebe haben die Stellungs- und Stimulierungstechniken wenig zu tun, denn auch die "raffiniertesten" Stellungen können Liebe keineswegs herbeizaubern.



- "Liebe in der Jugend ist anders als im Alter": Zwar ist Liebe in der Jugend neu und frisch und Sexualität stumpft im Laufe der Jahre oftmals ab zu einer uninteressanten Gewohnheit; Lauster hält dem jedoch dagegen, "dass nur der Körper altert, nicht die Seele."

Ähnlich setzt er sich mit den Mythen "Die große Liebe dauert ewig", "Eifersucht gehört zur Liebe", "Die Liebe ist ein Ereignis des Schicksals" und "Der Mensch kann nur eine oder höchstens zwei große Lieben erleben" auseinander.

"Liebe ist mehr als wir bisher wussten", schreibt Lauster und er plädiert deshalb für Meditation und Selbstfindung, um dieses Mehr zu erleben und zu erfahren. Ein Buch, das vielen Menschen zur Lösung ihrer Probleme im Umgang mit dem Partner zu einem neuen Glück verhelfen kann.

[zurück zum Anfang](#)