



Die Faszination der Gewalt und die Liebe zum Leben

Erich Fromm
(1967e-d)

Erstveröffentlichung unter dem Titel "Do We Still Love Life?," in: McCalls, New York, Vol. 94 (August 1967), S. 57 und 108-110. Im Deutschen erstmals publiziert unter dem Titel „Die Faszination der Gewalt und die Liebe zum Leben“, in: Liebe, Sexualität, Matriarchat. Beiträge zur Geschlechterfrage. Hg. von Rainer Funk, München (Deutscher Taschenbuch Verlag; Dialog und Praxis 35071) 1994, S. 211-224. Wiederabgedruckt mit verbesserter Übersetzung in: *Erich Fromm Gesamtausgabe in zwölf Bänden*, München (Deutsche Verlags-Anstalt und Deutscher Taschenbuch Verlag) 1999, Band: XI, S. 339-348.

Copyright © 1967 by Erich Fromm; **Copyright** © 1994 and 2015 by The Literary Estate of Erich Fromm, c/o Dr. Rainer Funk, Ursrainer Ring 24, D-72076 Tuebingen / Germany. – Fax: +49-(0)7071-600049; E-Mail: fromm-estate[at-symbol]fromm-online.com. – **Übersetzung** aus dem Amerikanischen von Rainer Funk.

Lieben wir wirklich noch das Leben? – Für manchen mag diese Frage verwirrend, wenn nicht gar unsinnig klingen. Lieben nicht alle Menschen das Leben? Ist diese Liebe zum Leben nicht der Beweggrund für alles, was wir tun? Könnten wir überhaupt am Leben bleiben, wenn wir nicht das Leben liebten und all die vielen Anstrengungen unternähmen, das Leben zu erhalten und seine Bedingungen zu verbessern? Vielleicht können jene, die so denken, und ich, der ich so frage, uns ohne große Schwierigkeiten gegenseitig verstehen, wenn wir es nur versuchen.

Mit anderen kann es schon schwieriger sein, zu einem gemeinsamen Verständnis zu kommen. Ich denke da vor allem an Menschen, die auf meine Frage mit einer gewissen Empörung reagieren. Entrüstet fragen sie, wie ich es nur wagen kann, daran zu zweifeln, dass wir das Leben lieben. Wurzeln nicht unsere gesamte Zivilisation, unsere Art zu leben, unsere religiösen Gefühle, unsere politischen Vorstellungen in dieser Liebe zum Leben? Rüttelt nicht der, der dies in Frage stellt, an den Fundamenten unserer Kultur? Es ist viel schwieriger, mit dem, der sich entrüstet, zu einem Einverständnis zu kommen, denn Entrüstung ist ihrem Wesen nach immer eine Mischung aus Ärger und Selbstgerechtigkeit, die jedes Verstehen erschwert. Ein Mensch, der sich ärgert, ist leichter mit vernünftigen und freundlichen Worten erreichbar als einer, der sich entrüstet. Dieser versucht nämlich seinen Ärger dadurch zu verdecken, dass er von seiner eigenen Rechtchaffenheit überzeugt ist. Vielleicht sind einige, die auf die Eingangsfrage mit Entrüstung reagieren, eher bereit, sich auf sie einzulassen, wenn sie spüren, dass ich mit dieser Frage niemanden angreife, sondern auf eine Gefahr hinweisen will, die nur dadurch überwunden werden kann, dass man sich ihr stellt.

Zweifellos könnten kein Mensch und keine Kultur ohne ein bestimmtes Minimum an Liebe zum Leben existieren. Wir beobachten, dass Menschen, die dieses Minimum an Lebensliebe verloren haben, verrückt werden, sich das Leben nehmen, zu hoffnungslosen Alkoholikern oder Drogenabhängigen werden. Wir kennen auch ganze Gesellschaften, die so bar jeder Liebe zum Leben und so voller Destruktivität wurden, dass sie zer-



fielen und untergingen beziehungsweise fast untergingen. Ein Beispiel sind die Azteken, deren Macht vor einer kleinen Gruppe von Spaniern wie Staub zerfiel. Oder man denke an das Nazi-Deutschland, das einem Massensuizid zum Opfer gefallen wäre, wenn es nach dem Willen Hitlers gegangen wäre. Wir in der westlichen Welt sind bisher noch nicht am Zerfallen, doch es gibt Anzeichen dafür, dass es dazu kommen kann.

Um über die Liebe zum Leben zu sprechen, müssen wir uns zuerst darüber verständigen, was wir unter Leben verstehen. Es hat den Anschein, als wäre dies leicht. So lässt sich sagen, Leben sei das Gegenteil von Tod. Ein lebendiger Mensch oder ein lebendiges Tier können sich selbst bewegen und auf Reize reagieren. Ein toter Organismus kann solches nicht, ja, er zerfällt und hat nicht einmal wie ein Stück Holz oder ein Stein Bestand. Sicherlich ist es grundsätzlich möglich, Leben so zu definieren. Ich möchte jedoch das Besondere von Leben ein wenig genauer bestimmen: Leben hat immer die Tendenz, zu vereinen und zur Ganzheit zu kommen. Anders formuliert heißt dies, Leben ist notwendigerweise ein Prozess ständigen Wachstums und Wandels. Hören Wachstum und Veränderung auf, tritt der Tod ein. Leben wächst aber nicht wild und unstrukturiert; jedem Lebewesen ist eine eigene Form und Struktur zu eigen, die in seinen Chromosomen eingepflanzt ist. Es kann vollständiger und vollkommener wachsen, aber es kann nicht zu etwas heranwachsen, was in ihm nicht angelegt ist.

Leben ist immer ein Prozess – ein Prozess von Veränderung und Entfaltung und auch ein Prozess ständiger Interaktion zwischen der gegebenen Struktur und der Umwelt, in die etwas hineingeboren wird. Aus einem Apfelbaum kann nie ein Kirschbaum werden, doch Apfel- oder Kirschbaum können mehr oder weniger schöne Bäume werden, je nach der konstitutionellen Ausstattung und den Umweltbedingungen, in denen sie wachsen. Feuchtigkeit und Sonneneinstrahlung, die sich für die eine Pflanze segensreich auswirken, können für eine andere zum Verderben werden. Nicht anders ist es beim Menschen; leider nur wissen die meisten Eltern und Lehrer über das, was für den Menschen gut ist, weit weniger, als ein Gärtner über seine Pflanzen weiß.

Die Behauptung, das Leben entfalte sich nicht wild und unvorhersagbar, sondern nach vorgegebenen strukturellen Mustern, bedeutet nun aber gerade nicht – außer in einem ganz weiten Sinne –, dass die ganz besonderen Aspekte eines Lebewesens voraus-sagbar wären. Dies ist eine der großen Paradoxien alles Lebendigen: Es ist vorhersagbar, und doch auch wieder nicht. Hinsichtlich der großen Linien wissen wir mehr oder weniger genau, was aus einem Lebewesen werden soll. Das Leben ist jedoch voller Überraschungen. Im Vergleich mit der Ordnung, die es im nicht-lebendigen Bereich gibt, ist das, was lebt, „unordentlich“. Wer ganz von der Erwartung einer Ordnung bestimmt ist (wobei „Ordnung“ wohlgerne immer nur eine Kategorie des eigenen Geistes ist), so dass er eine Ordnung in allen Lebewesen erwartet, wird enttäuscht sein. Ist sein Verlangen nach Ordnung besonders intensiv, dann wird er gar versuchen, dem Leben eine Ordnung aufzuzwingen, um es besser beherrschen zu können. Stellt sich dann heraus, dass sich das Leben seiner Kontrolle nicht unterwirft, kann es zu einer solchen Enttäuschung und Wut kommen, dass er schließlich versucht, das Leben zu ersticken und zu töten. Er ist zu einem Lebenshasser geworden, weil er sich nicht von dem Zwang befreien konnte, es unter seine Kontrolle zu bekommen. Er scheiterte in seiner Liebe zum Leben, denn – wie ein französisches Lied sagt – „die Liebe ist ein Kind der Freiheit“.

Das Gesagte gilt nicht nur hinsichtlich unserer Einstellung gegenüber dem Leben an-



derer, sondern auch gegenüber dem Leben in uns selbst. Wir alle kennen Menschen, denen es nie gelingt, spontan zu sein und sich frei zu fühlen, weil sie darauf bestehen müssen, ihre Gefühle, Gedanken und Handlungen zu kontrollieren. Sie können nichts tun, es sei denn, sie haben sich der Folgen ihres Tuns versichert. Immer sind sie von Zweifeln geplagt, suchen krampfhaft nach Sicherheit und werden von noch mehr Zweifeln geplagt, wenn sie diese Sicherheit nicht erlangen können. Menschen, die unter einem solchen zwanghaften Kontrollbedürfnis leiden, können freundlich oder grausam sein – immer aber muss eine Bedingung erfüllt sein: Der Gegenstand ihres Interesses muss kontrollierbar sein. Übersteigt das Kontrollbedürfnis ein bestimmtes Maß, spricht man davon, dass jemand an einer Zwangsneurose und erheblichem Sadismus leidet. Solche Kennzeichnungen sind hilfreich, wenn es um die Klassifizierung von psychischen Erkrankungen geht. Bei einer etwas anderen Betrachtungsweise könnte man auch davon sprechen, dass jemand an seiner Unfähigkeit leidet, das Leben zu lieben, und dass er Angst vor dem Leben hat, weil er sich vor allem fürchtet, was er nicht kontrollieren kann.

Es gibt einen Grundsatz, der für jede Art von Liebe zutrifft, ob es sich um die Liebe zum Leben oder um die Liebe zu einem anderen Menschen, einem Tier, einer Blume handelt: Ich kann nur lieben, wenn meine Liebe adäquat ist und den Bedürfnissen und der Natur des Geliebten entspricht. Benötigt eine Pflanze nur wenig Wasser, dann drückt sich meine Liebe zur Pflanze darin aus, dass ich ihr nur soviel Wasser gebe, wie sie braucht. Habe ich aber vorgefaßte Meinungen darüber, „was für eine Pflanze gut ist“, etwa die, dass möglichst viel Wasser für alles gut ist, dann werde ich der Pflanze schaden und sie umbringen, weil ich nicht fähig bin, sie in der Weise zu lieben, wie sie geliebt werden muss. Es reicht also nicht aus, einfach nur zu lieben und einem anderen Lebewesen „das Beste zu wünschen“. Solange ich nicht weiß, was eine Pflanze, ein Tier, ein Kind, ein Mann, eine Frau brauchen und solange ich nicht von meiner Vorstellung, was für den anderen das Beste ist, und von meinem Wunsch, ihn zu kontrollieren, ablassen kann, ist meine Liebe destruktiv – ein Kuß des Todes.

Viele Menschen können nicht verstehen, warum es ihnen, obwohl sie den anderen heftig oder gar leidenschaftlich lieben, nicht gelingt, seine oder ihre Liebe zu erhalten, beziehungsweise ihn oder sie damit sogar fortreiben. Sie beklagen sich über die Grausamkeit ihres Schicksals und können es einfach nicht verstehen, warum sie mit ihrer Liebe im anderen keine Gegenliebe wecken. Gelingt es ihnen, damit aufzuhören, sich selbst zu bemitleiden und das Leben anzuklagen, könnte ihnen dies helfen und vielleicht sogar den tragischen Gang der Ereignisse verändern, vorausgesetzt, sie fragen sich, ob ihre Liebe den Bedürfnissen der geliebten Person entspricht oder ob sie die Folge ihrer eigenen festgefahrenen Vorstellungen über das ist, was ihrer Meinung nach für den anderen das Beste ist.

Es ist nur ein kleiner Schritt vom Kontrollieren zur Gewaltanwendung. Was für die Kontrolle des Lebens gilt, trifft auch auf die Gewaltanwendung zu: Liebe und Gewalt sind unversöhnliche Widersprüche. Vermutlich gibt es im menschlichen Verhalten keine größere Polarität als die zwischen Liebe und Gewalt. Beide sind tief in unserer Natur verwurzelt. Beide sind grundsätzliche Möglichkeiten, mit der Wirklichkeit umzugehen und sie zu bewältigen. Wenn ich hier von Gewalt spreche, dann sollte man nicht gleich an Gewalttätigkeit, Aggression, Überfall, Krieg denken; dies alles sind heftige Ausdrucksformen von Gewalt, doch sie sind nicht das gleiche wie das Prinzip der Gewalt. Für die meisten Menschen ist das Prinzip der Gewalt etwas so Natürliches und Selbstverständli-



ches, dass sie gar nichts Besonderes dabei finden. Doch Gewalt als Prinzip ist gerade kein Teil unserer „menschlichen Natur“.

Viele halten das Gewaltprinzip für die angemessenste und einfachste Lösung eines Problems. Weigert sich ein Kind, das zu tun, was getan werden muss, dann ist für die Mutter die beste und schnellste Lösung, das Kind mit Gewalt dazu zu zwingen. Die Mutter hat die Macht, das Kind muss nachgeben. Warum sollte sie ihre Macht nicht nutzen? Es gibt natürlich viele Arten, Gewalt anzuwenden – freundlichere und weniger angenehme. Man kann das Kind zu überreden versuchen, ohne dabei gleich Gewalt anzudrohen, die man sich als letzten Ausweg in Reserve hält. Man kann aber auch sofort drohen. Man kann Gewalt maßvoll anwenden und nur so viel davon, wie es zur Durchsetzung des Ziels erforderlich ist. Wer sadistische Neigungen hat, wird sofort gewalttätig sein, und zwar weit stärker, als es die Situation erfordert.

Gewalt bedeutet nicht notwendig körperliche Bedrohung; sie kann auch psychologischer Art sein, indem man sich die Beeinflussbarkeit oder Unwissenheit eines Kindes zunutze macht, um es zu täuschen, es anzulügen oder zu manipulieren. Gewalt zeigt Wirkung nicht nur auf ein bestimmtes Ziel hin, sondern stellt auch für den, der sie ausübt, eine große Befriedigung dar, vorausgesetzt, das Gegenüber kann sich nicht wirklich zur Wehr setzen. Gewalt legitimiert sich durch ihre Stärke, ihre Überlegenheit und Mächtigkeit. Doch wie trügerisch ist diese Legitimation! In Wirklichkeit ist ein solcher Mensch nur deshalb überlegen, weil er größer und stärker als das Kind ist. Steht ihm ein Mann mit einer Pistole gegenüber, dann wäre er, der Starke, wie ein Kind.

Diese Einstellung Kindern gegenüber ist nur eine mögliche Manifestation von Gewalt. Im persönlichen wie im gesellschaftlichen Leben Erwachsener gibt es sie in gleichem Maße, ja noch häufiger, denn Gefühle von Zärtlichkeit, die die meisten von uns Kindern gegenüber empfinden und die unsere Einstellung mäßigen könnten, sind gegenüber Gleichaltrigen oder gar gegenüber Fremden weniger wahrscheinlich. In den meisten zwischenmenschlichen Beziehungen sind es die Gesetze, die die Ausübung von Gewalt verhindern. Es gibt viele Beispiele dafür, dass Gesetze jemanden in der Anwendung von Gewalt, mit der er einen anderen Menschen dazu bringen will, nach seinem Willen zu handeln, einschränken. Und doch bieten die Gesetze nur ein Minimum an Schutz vor Gewalt. In den meisten persönlichen Beziehungen können sie Gewalt nicht wirksam verhindern. Der Vater wendet Gewalt an, wenn er seinem heranwachsenden Sohn seine Einwilligung zu dem von ihm favorisierten Beruf verweigert; die Mutter, die unter Tränen an die Großherzigkeit ihres Sohnes appelliert, um ihn davon abzubringen, die Frau seiner Wahl zu heiraten, übt Gewalt aus. Der Unternehmer, der mit der Kündigung droht, der Lehrer, der seine Schüler zur Übernahme seiner Ansichten zwingt und ihnen schlechte Noten gibt, wenn sie dazu nicht bereit sind – sie alle wenden Gewalt an, ob sie sich dessen bewusst sind oder nicht.

Die Beziehungen zwischen einzelnen Staaten sind nicht durch ein internationales Gesetz, das Gewaltanwendung einschränkt, geregelt. Das von allen Nationen in Anspruch genommene Prinzip der Souveränität erlaubt es dem Staat, seine Interessen mit allen ihm geeignet erscheinenden Mitteln durchzusetzen. Zu diesen gehören natürlich, sogar entscheidend, die militärische und die wirtschaftliche Macht. Wir reden uns gerne ein, dass unsere Gewaltanwendung nur zur Verteidigung diene, gleichzeitig stören wir uns aber nicht daran, dass wir sogar Tod und Zerstörung uneingeschränkt hinnehmen, wenn wir dadurch unsere Ziele erreichen. Wir sind so unsensibel geworden, dass wir un-



ser Frühstück genießen können, während wir in der Zeitung lesen, wie viele Männer, Frauen und Kinder getötet oder zu Krüppeln gemacht wurden.

Natürlich ist die Anwendung von Gewalt nur so lange vernünftig, solange man stärker ist als sein Gegner. Es erscheint nur logisch, wenn man deshalb versucht, sein Gewaltpotential zu erhöhen und alles zu tun, um zu verhindern, dass jemand anderer gleichzieht. Noch eindrücklicher als im persönlichen Leben zeigt sich in der Geschichte, dass alle Bemühungen, durch den Gebrauch von Gewalt die Überlegenheit dauerhaft zu sichern, unweigerlich fehlschlagen. Was im Siegesrausch so aussieht, als stelle es die Grundlage für eine jahrhundertelange unveränderbare Stabilität dar, die ihren Grund in überlegener Gewalt hat, zerfällt unweigerlich nach wenigen Jahrzehnten angesichts neuer Gewalt oder innerer Schwäche. Hitlers Tausendjähriges Reich, das nur fünfzehn Jahre dauerte, ist ein Musterbeispiel für Triumphe, die sich in erster Linie auf Gewalt gründen.

Selbst wenn Gewalt den Anschein hat, die gewünschten Ergebnisse zu erzielen, so hat sie wie eine Droge gefährliche Nebenwirkungen. Auf nationaler Ebene hinterlässt sie bei den Besiegten einen leidenschaftlichen Wunsch nach Rache und gibt ihnen gleichzeitig die moralische Rechtfertigung, sich ebenfalls der Gewalt zu bedienen, sobald es die Umstände erlauben. Ebenso gefährliche Nebenwirkungen hat Gewalt bei den Menschen, die sich ihrer bedienen. Wer Gewalt ausübt, verwechselt schon bald die Stärke seiner Gewaltmittel (seinen Reichtum, seine Position, sein Prestige, seine Panzer und Bomben) mit der Stärke seiner eigenen Person. In Wirklichkeit versucht er erst gar nicht, sich selbst stärker zu machen: seinen Geist, seine Liebe, seine Lebendigkeit. Vielmehr investiert er alle seine Energie in den Versuch, seine Mittel stärker zu machen. Er selbst wird schwächer, während seine Gewaltkapazität wächst. Ab einem bestimmten Punkt gibt es kein Zurück mehr. Er kann nichts mehr anderes tun, als mit der Wirklichkeit auf gewaltsame Weise umzugehen und alles auf den Erfolg seiner Methode zu setzen. Er ist weniger lebendig geworden, weniger interessiert und interessant; er wird mehr gefürchtet und natürlich auch von vielen mehr bewundert.

Der Weg der Liebe ist dem Weg der Gewaltausübung entgegengesetzt. Liebe versucht zu verstehen, zu überzeugen, zu beleben. Aus diesem Grund verwandelt sich der Liebende ständig selbst. Er spürt mehr, beobachtet mehr, ist produktiver, ist mehr er selbst. Liebe bedeutet weder Sentimentalität noch Schwäche. Sie ist vielmehr eine Methode, etwas zu beeinflussen und zu verändern, ohne dass es zu den gefährlichen Nebenwirkungen wie bei der Gewaltanwendung kommt. Anders als bei der Gewalt, setzt Liebe Geduld, innere Anstrengung und vor allem Mut voraus. Wer sich entschließt, ein Problem mit Liebe zu lösen, braucht den Mut, Enttäuschung auszuhalten und trotz Rückschlägen geduldig zu bleiben. Er braucht den Glauben an seine eigene Stärke statt den Glauben an deren Perversion: die Gewalt.

Bisher habe ich von nichts geschrieben, was nicht jeder bereits wüsste. Dennoch ist es sinnvoll, diese Dinge niederzuschreiben. Denn wir wissen um sie, und doch auch wieder nicht. Mit meinen Ausführungen über Gewalt und Liebe als den zwei grundsätzlichen Einstellungen zum Leben will ich vor allem dazu anregen, sich dessen, was wir wissen und was uns dennoch nicht bewusst ist, bewusst zu werden. Es gilt, unsere Reaktionen auf unser Kind, einen Hund, einen Nachbarn, einen Verkäufer, einen politischen Widersacher oder gar einen politischen Feind zu beobachten; es gilt zu erkennen, wie sich unser Körper verkrampft, sobald unser Wollen enttäuscht wird, wie wir sofort nach Mitteln



der Gewalt Ausschau halten, wie wir uns niedergeschlagen erleben, wenn wir keine Gewaltmittel finden können oder keine zur Verfügung haben. Wie oft fühlen wir uns wie die Königin in Alice im Wunderland: „Kopf ab!“

Manchmal muss man sehr genau hinschauen und erst lernen, auf Reaktionen zu hören, derer wir uns kaum bewusst sind, wenn man die Neigung zu einer gewaltsamen Kurzschlusshandlung erkennen will. Dann gilt es, den Versuch zu machen, sich eines Besseren zu besinnen und auf die Bereitschaft zur Gewalt zu verzichten und statt dessen lebendig und geduldig zu sein. Statt immer nur danach zu fragen, was es einem bringt, sollte man sich mehr und mehr mit dem Prozess selbst befassen und beobachten, wie man sich entspannt und wie Verkrampfungen und Ängstlichkeit sich lösen.

Gewaltanwendung ist ein Weg, das Problem des Menschseins zu lösen. Sie ist aber nur für die ein möglicher Weg, die über die nötigen Machtmittel verfügen. Auch wenn die Gewaltanwendung ein möglicher Weg ist, Probleme des Lebens zu lösen, ist sie doch kein befriedigender. Sie macht einen nämlich von den eigenen Machtmitteln abhängig; sie macht einsam und ängstlich. So sehr Gewalt eine mögliche Antwort auf das Leben ist, so sehr ist sie doch eine absurde, und zwar nicht nur wegen der zweifelhaften Eigenart von Macht, sondern in erster Linie deshalb, weil Macht bei dem wichtigsten Problem des menschlichen Lebens, der Unausweichlichkeit des Todes, nichts hilft. Der mächtigste Mensch wird in gleicher Weise wie der ganz machtlose vom Tod besiegt. Dieser Stachel der sicheren Niederlage macht das Gewaltprinzip so lächerlich, auch wenn dies nicht unbedingt bewusst wahrgenommen wird.

Liebe beinhaltet immer ein aktives Interesse am Wachstum und an der Lebendigkeit dessen, was wir lieben. Das kann auch gar nicht anders sein, denn Leben ist ein Prozess des Werdens, des Einswerdens und des Ganzwerdens. Die Liebe zu allem, was lebendig ist, drückt sich in dem leidenschaftlichen Wunsch aus, dieses Wachstum zu fördern. Wie ich bereits gezeigt habe, widersprechen hingegen der Wunsch zu kontrollieren und der Wunsch, Gewalt anzuwenden, der Natur der Liebe und stellen ein Hindernis für ihre Entwicklung und Realisierung dar.

Warum, so mögen manche ungeduldig fragen, ist hier die Rede von der Liebe zum Leben, wo ich doch bisher vor allem von der Liebe zu Menschen oder Tieren oder Pflanzen gesprochen habe? Gibt es überhaupt so etwas wie die „Liebe zum Leben“? Ist diese nicht etwas Abstraktes, während die realen Liebesobjekte einzelne und konkrete Phänomene sind wie zum Beispiel die Menschen? Wenn das Leben seinem Wesen nach ein Wachstumsprozess und ein Prozess des Ganzwerdens ist und nicht mit Mitteln der Kontrolle und Gewalt geliebt werden kann, dann ist die Liebe zum Leben der Kern jeder Art von Liebe. Liebe ist die Liebe zum Leben in einem Menschen, in einem Tier, in einer Pflanze. Weit davon entfernt, etwas Abstraktes zu sein, ist die Liebe zum Leben der ganz konkrete und wirkliche Kern einer jeden Art von Liebe. Wer immer glaubt, einen anderen Menschen zu lieben, aber nicht das Leben liebt, der mag sehnsüchtig einem anderen Menschen anhängen – doch lieben tut er ihn nicht. Dass dies stimmt, ist uns bekannt, auch wenn wir uns dieses Wissens oft nicht bewusst sind.

Wenn jemand über einen anderen Menschen sagt, dass dieser „wirklich das Leben liebt“, dann verstehen die meisten Menschen, was damit gemeint ist. Wir stellen uns dann einen Menschen vor, der alles liebt, was wächst und lebendig ist; wir haben jemanden vor Augen, der vom Wachsen eines Kindes, vom Erwachsenwerden, von einer Idee, die Gestalt annimmt, von einer im Wachsen begriffenen Organisation angezogen



wird. Für einen solchen Menschen wird selbst das, was nicht lebendig ist, wie ein Stein oder das Wasser, zu etwas Lebendigem. Das, was lebendig ist, zieht ihn an, und zwar nicht, weil es groß und mächtig ist, sondern weil es lebendig ist. Oft lässt sich der, der das Leben liebt, an seinem Gesichtsausdruck erkennen. Seine Augen und seine Haut strahlen etwas aus; in ihm und um ihn herum leuchtet etwas. Wenn Menschen sich „verlieben“, dann lieben sie das Leben. Diese Liebe zum Leben ist der Grund für ihre gegenseitige Anziehung. Ist ihre Liebe zum Leben zu schwach, dann verliert sich das Verliebtsein wieder, und sie können nicht verstehen, warum ihre Gesichter zwar noch die gleichen, aber doch nicht mehr die gleichen sind.

Ist die Liebe zum Leben etwas, das allen Menschen, wenn auch in unterschiedlichem Ausmaß, zu eigen ist? Es wäre schön, wenn dies so wäre, doch leider gibt es auch Menschen, die nicht das Leben lieben, sondern statt dessen Totes, Zerstörung, Krankheit, Verfall, Desintegration „lieben“. Sie werden nicht von Wachstum und Lebendigkeit angezogen, es sei denn aus Abneigung und aus dem Wunsch, beides zu ersticken. Sie hassen das Leben, weil sie sich seiner nicht erfreuen oder keine Kontrolle darüber ausüben können. Sie leiden an der einzigen wirklichen Perversion, die es gibt, nämlich vom Toten angezogen zu werden. Ich habe diese Menschen „nekrophil“ genannt, „Liebhaber des Toten“ (vgl. E. Fromm, 1964a, GA II), und verdeutlicht, dass die nekrophile Orientierung in ihren ausgeprägten Formen von einem psychiatrischen Standpunkt aus auf eine schwere Geisteskrankheit hinweist.

Wer sich umschaute, würde entdecken, dass er sowohl Liebhaber des Lebens wie Liebhaber des Toten kennt, auch wenn er sich nicht traut, in diesen Kategorien zu denken, denn – oberflächlich betrachtet – ist doch jeder „nett“ und „freundlich“. Kommt es tatsächlich einmal vor, dass jemand von dem Verlangen getrieben wird, Menschen zu töten, neigen wir dazu, achselzuckend über ihn hinwegzugehen und ihn eben „krank“ zu nennen. Er mag krank sein, doch wie können wir selbst sicher sein, dass wir nicht an derselben Krankheit leiden? Was lässt uns sicher sein, dass wir Liebhaber des Lebens und nicht Liebhaber des Toten sind?

Es gibt tatsächlich schwerwiegende Symptome in unserer gegenwärtigen Kultur, die es nahelegen, dass wir bereits von einem insgeheimen Angezogenensein von allem Leblosen infiziert sind. Manifestationen hierfür lassen sich genügend beobachten: destruktive Gewalt und Herrschaftsstreben auf internationaler Ebene; Kriminalität und Grausamkeit auf nationaler Ebene; das Ausmaß von Bedrückung und Angst, das sich an der Menge der in unserer Gesellschaft verkauften Psychopharmaka geradezu ablesen lässt; der Drogenmissbrauch, bei dem die echte Liebe zum Leben durch Nervenkitzel und Erregungszustände ersetzt werden soll. Um uns von dem wahren Ausmaß zu überzeugen, bedarf es keiner Statistiken. Jeder von uns zeigt die Symptome mehr oder weniger deutlich. Wer von uns braucht nicht erst einen Drink, bevor er sich in einer Gesellschaft wohlfühlt? Befleißigen wir uns nicht einer künstlichen Fröhlichkeit und Besorgtheit, wenn dies der Anlass zu verlangen scheint? Immer mehr neigen wir dazu, zu denken statt zu fühlen, was einem Anlass (einer Hochzeit, einem Begräbnis, dem Gemälde eines gefeierten Künstlers) angemessen ist. Die Sexualität hat immer mehr nur noch die Bedeutung, „Intimität“ und Erregung zu schaffen, ohne dass wir etwas für den anderen Menschen spüren außer eben dieses Verlangen.

Ein weiteres Indiz für die Angst und den Druck, dem wir ausgesetzt sind, ist das zwanghafte Rauchen. Jeder, der einmal versucht hat, mit dem Rauchen aufzuhören,



weiß, dass die Versuchung, zur Zigarette zu greifen, dann am größten ist, wenn man mit anderen zusammentreffen soll beziehungsweise in Situationen, die mit Angst und Anspannung verbunden sind. Auch die folgende Beobachtung kann jeder machen: Wer versucht, sich nur still hinzusetzen, nichts zu tun, die Augen zu schließen und an nichts zu denken, spürt eine Unruhe, muss an tausend Dinge denken und wartet nur noch auf das Ende des Experiments.

In begrenztem Maße sind dieser Druck und die Angst persönliche Probleme und haben die Symptome individuelle Gründe. Zu einem größeren Teil aber resultieren sie aus der Art und Weise, wie wir Menschen des Industriezeitalters leben. Dafür ist vor allem kennzeichnend, dass wir uns mehr für das Ergebnis als für den Prozess, der dazu führt, interessieren. Im Bereich der industriellen Produktion aber sind es die Maschinen und Apparate, die Ergebnisse zeitigen. Das führte so weit, dass wir uns selbst auch als Maschinen verstehen, schnell zu einem Ergebnis kommen möchten und nach Apparaten Ausschau halten, die den gewünschten Effekt bewerkstelligen können.

Wir sind aber keine Maschinen! Das Leben ist nicht Mittel zum Zweck, sondern Selbstzweck. Der Prozess des Lebens, das heißt, sich zu ändern, zu wachsen, sich zu entwickeln, bewusster und wacher zu werden, ist wichtiger als jede mechanische Ausführung oder Errungenschaft, wenn wir – und dies ist eine sehr wichtige Qualifizierung – das Leben lieben. Gibt jemand auf die Frage, warum er einen anderen Menschen liebt, die Antwort, dass dieser erfolgreich, berühmt, reich ist, dann wird sich der Betreffende bei dieser Antwort vermutlich ein wenig unbehaglich fühlen, weil er weiß, dass all dies nicht wirklich etwas mit Liebe zu tun hat. Sagt jemand jedoch, dass er den anderen liebt, weil er oder sie so lebendig ist, dass er sein Lächeln, seine Stimme, seine Hände, seine Augen liebt, weil von diesen soviel Lebendigkeit ausgeht, dann gibt der Betreffende wirklich einen Grund an. Das gleiche gilt in bezug auf die eigene Person. Jemand ist interessant, weil er interessiert ist, und jemand wird geliebt, weil er lieben kann und weil er in sich selbst und im anderen Menschen das Leben liebt.

Eine solche das Leben liebende Einstellung ist freilich nur schwer in Erfahrung zu bringen in einer Kultur, für die Ergebnisse wichtiger sind als der Prozess, für die die Dinge wichtiger sind als das Leben, die die Mittel zu Zwecken macht und die uns anhält, unseren Verstand zu gebrauchen, wenn unser Herz gefragt ist. Einen anderen Menschen zu lieben und das Leben zu lieben lässt sich nicht durch Akkordarbeit erreichen. Beim Sex funktioniert das; bei der Liebe jedoch nicht. Ohne eine Lust an der Stille gibt es keine Liebe. Sie ist eine Fähigkeit, sich am Sein zu erfreuen anstatt am Tun, am Haben oder am Gebrauchen.

Ein weiterer Grund, warum es so schwierig ist, das Leben zu lieben, ist unser wachsender, nie gestillter Appetit auf Dinge. Zweifellos können und sollen die Dinge dem Menschen dienen. Werden sie jedoch um ihrer selbst willen gesucht, statt dass sie Hilfsmittel bleiben, dann zeigen sie die Tendenz, das Interesse des Menschen am Leben und seine Liebe zum Leben zu unterminieren und den Menschen zu einem Anhängsel der Maschine, also zu einem Ding zu machen. Dinge können alles mögliche hervorbringen, doch sie können nicht lieben, weder einen Menschen noch das Leben. Als Verbraucher wird uns in einem fort glauben gemacht, dass unsere Freude nur dann vollkommen ist, wenn wir uns auch etwas kaufen. Was noch vor wenigen Generationen selbstverständlich war, wissen wir nicht mehr: dass man zu den allerschönsten Freuden des Lebens keinerlei Apparate braucht. Vielmehr setzen sie die Fähigkeit voraus, stille zu sein, „sich



auf etwas einlassen“ zu können und sich zu konzentrieren.

Zum Mond zu reisen erregt die Phantasie von Millionen von Menschen und ist für die meisten faszinierender, als sich ganz und gar der Betrachtung eines Menschen, einer Blume, eines Flusses oder der eigenen Person hinzugeben. Zweifellos ist die Mondfahrt faszinierend, denn es geht bei ihr um Intelligenz, Ausdauer, Mut, Kühnheit; aber es geht nicht um Liebe. Die Mondfahrt symbolisiert deshalb das Leben mit mechanischen Apparaten, die Bewunderung für sie und ihren Gebrauch. Diese Welt der vom Menschen gemachten Dinge ist unser ganzer Stolz und zugleich unsere Gefährdung. Je mehr der dinghafte Aspekt der Wirklichkeit in den Vordergrund tritt, desto mehr interessieren wir uns für die Handhabung dieser Dinge. Je weniger wir die Eigenart des Lebens erfahren, desto weniger können wir das Leben lieben. Wir haben tatsächlich allen Grund anzunehmen, dass wir die technischen Wunder, die das Leben zerstören können, mehr mögen als das Leben selbst. Könnte es nicht sein, dass wir Menschen der industrialisierten Welt darum zu keiner wirksamen atomaren Abrüstung fähig sind, weil für uns das Leben viel von seiner Attraktivität verloren hat und statt dessen die Dinge zum Gegenstand unserer Bewunderung geworden sind?

Ein weiteres Hindernis, das Leben zu lieben, ist in der wachsenden Bürokratisierung unseres Tuns zu sehen. Auch wenn man ihr freundlicher klingende Namen wie „Teamwork“ oder „Gruppengeist“ usw. gibt, bleibt im Kern dennoch die Tatsache, dass wir zum Zwecke maximaler Wirtschaftlichkeit dazu neigen, den einzelnen auf jenes passende Format eines Gruppenmitglieds zurechtzustutzen. Er ist dann leistungsfähig und zeigt Disziplin, aber er ist nicht mehr er selbst, nicht mehr ganz lebendig und darum in seiner Fähigkeit, das Leben zu lieben, gelähmt.

Die Frage nach den Möglichkeiten einer Änderung scheint berechtigt. Müssen wir notwendigerweise unser System der Massenproduktion, unsere technischen Errungenschaften aufgeben, um das Leben wieder liebgewinnen zu können? Dies glaube ich nicht. Wir müssen uns aber der Gefahr bewusst sein und den materiellen Dingen den ihnen zustehenden Platz zuordnen, und wir müssen aufhören, uns selbst in Dinge zu verwandeln und nur noch Statthalter von Dingen zu sein. Lieben wir das Lebendige, statt es zu manipulieren, dann kann selbst ein Ding – ein Glas zum Beispiel – durch unseren belebenden Umgang mit ihm, wie wir ihn von Künstlern kennen, lebendig werden. Wir werden dann lernen, dass uns etwas ansprechen wird, wenn wir jemand anderen oder etwas anderes nur lange genug betrachten. Allerdings muss man es wirklich betrachten und damit aufhören, aus ihm etwas herausbekommen zu wollen. Man muss wirklich still sein können. Wer glaubt, seine Gefühle unbedingt mit Worten des Entzückens wie „Ist es nicht himmlisch!“ oder „Ich sterbe vor Sehnsucht, es wieder zu sehen!“ beschreiben zu müssen, dessen Empfindungen taugen vermutlich nicht viel. Wer einen Baum so betrachten kann, dass dieser zurückzuschauen scheint, dem wird wahrscheinlich gar nicht danach sein, etwas sagen zu wollen.

Es gibt keine Rezepte, wie man das Leben lieben kann, und doch kann man viel lernen. Wer Illusionen aufgeben kann, wer andere und sich so sehen kann, wie sie sind und wie er ist, wer lernen kann, zu sich zu kommen statt andauernd auszugehen, wer den Unterschied zwischen Leben und Dingen, zwischen Glück und Erregung, zwischen Mittel und Zweck und insbesondere zwischen Liebe und Gewalt spüren kann, der hat schon die ersten Schritte hin zu einer Liebe zum Leben getan. Nach den ersten Schritten sollte man erneut Fragen stellen. Bedeutsame Antworten lassen sich in einer Reihe von



Büchern finden, meistens aber in einem selbst.

Eine Frage sollte nicht außer acht gelassen werden: Je mehr jemand das Leben liebt, desto mehr muss er fürchten, unter der ständigen Bedrohung der Wahrheit, Schönheit und Unversehrtheit des Lebens zu leiden. Dies ist tatsächlich so, besonders heute. Wer sich vor diesem Schmerz zu bewahren versucht, indem er dem Leben gegenüber gleichgültig wird, der erzeugt nur einen noch größeren Schmerz. Jeder zutiefst depressive Mensch kann bestätigen, dass ein Gefühl der Trauer eine Erlösung von der Qual bedeuten würde, gar nichts zu fühlen. Glücklich zu sein ist nicht das Wichtigste im Leben, sondern lebendig zu sein. Zu leiden ist nicht das Schlimmste im Leben; das Schlimmste ist die Gleichgültigkeit. Leiden wir, dann können wir versuchen, die Ursachen des Leidens zu beseitigen. Fühlen wir hingegen gar nichts, sind wir gelähmt. Bis jetzt war in der Geschichte der Menschen das Leiden die Geburtshelferin für Veränderung. Sollte – zum ersten Mal – Gleichgültigkeit die Fähigkeit des Menschen zunichte machen, sein Schicksal zu wenden?