

LIEBE. DIE GROSSE CHANCE

Ein Buch von Enrique Rojas, Adamas Verlag, Köln

Kann man lieben lernen? Ist Liebe nicht etwas, was letztlich nicht greifbar ist und sich unserem willentlichen Einfluss entzieht? Kommt und geht die Liebe, wie sie gerade will? Glaubt man dem gesellschaftlichen Mainstream und wirft einen Blick in Regenbogenmagazine, ist man geneigt, die beiden letzten Fragen mit Ja zu beantworten. Und doch bestätigen Umfragen und Studien immer wieder, dass die Sehnsucht nach einer lebenslangen glücklichen Beziehung in jedem Menschen grundgelegt ist. Werden wir da von unseren Träumen getäuscht? Der Autor des vorliegenden Buches, Enrique Rojas, Professor für Psychiatrie und klinische Psychologie sowie Direktor des Spanischen Instituts für Psychiatrische Forschung in Madrid, ist selbst verheiratet und Vater von fünf Kindern. Er setzt den vorliegenden Fragen ein klares Konzept entgegen, sozusagen eine Gebrauchsanweisung für die Liebe.

Ausgehend von der Frage, was lieben überhaupt heißt, zeichnet er die Stufen vom ersten Verliebtsein über die Auswahl des richtigen Partners bis hin zur reifen Ehe. Sehr konkret und hilfreich sind seine Ratschläge für angehende Ehepartner. Das umfangreichste Kapitel ist der „Alchemie der Liebe“ gewidmet. Hier entwickelt der Autor sieben Prinzipien als wesentliche Bestandteile einer dauerhaften Liebe. Seine besondere Nähe zum gelebten Ehealltag zeigt sich in den „Verhaltensregeln zur Lösung von Ehekonflikten“. Die „zehn Gebote für das eheliche Zusammenleben“ stellen eine kompakte Checkliste dar, die jeder Verheiratete für die persönliche Inspektion nutzen kann.

Die herausragende Stärke des vorliegenden Buches liegt in der praktischen Umsetzbarkeit der Hinweise. Zum besseren Verständnis sind viele Abschnitte durch Fallbeispiele näher erläutert. So wird der Weg zur Lösung typischer Probleme ebenso gewiesen wie auch die Möglichkeit zur Vermeidung von Konflikten. Die Sprache ist durchwegs gut verständlich und zeichnet sich durch hohe Sachlichkeit aus.

Dieses Buch ist sowohl Paaren auf dem Weg zur Ehe als auch bereits Verheirateten sehr zu empfehlen; darüber hinaus stellt es eine nützliche Hilfe für alle dar, die in Ehevorbereitung und –begleitung tätig sind.

Liebe kann man nicht „machen“, sie muss sich vielmehr entfalten. Dazu bedarf es zahlreicher Kompetenzen, ja Kunstfertigkeiten, die zu erwerben jeder Liebende berufen ist. Eine beachtliche Menge an Handwerkszeug, das auf diesem Weg nützlich und notwendig ist, vermittelt Enrique Rojas. In diesem Sinne: Ja, lieben kann man lernen!