



# ANGST

IMPFUNG GEGEN DIE LIEBE  
MIT BLIND- & TAUB-GARANTIE

Krankenkasse bzw. Kostenträger

**Feigling-Kasse**

Name, Vorname des Versicherten: **Verletzte, die nicht heilen wollen** geb. am

Kassen-Nr. Versicherten-Nr. Status

Betriebskassen-Nr. Arzt-Nr. Datum

**Rp. (Dieses Leerdiume durchstreichen)**  
**100% ANGST, 50 ml, subkutan**  
**garantierter rundum Impf-Schutz vor Liebe und Glücklichein.**

**bbbr** Abgabedatum in der Apotheke

Bei Arbeitsunfall  
MUSZÜBEN!

Unterstützung des Arztes  
Muster 16 (7.2008)

Vertragartzstempel

<small>6</small>	<small>7</small>	<small>8</small>	<small>9</small>	<small>0</small>
<small>1. Verordnung</small>	<small>2. Verordnung</small>	<small>3. Verordnung</small>	<small>4. Verordnung</small>	<small>5. Verordnung</small>

Unfalltag Unterstützung des Arztes

2.286 Wörter  
Lesezeit ~11 Min.



**D**as Thema Angst vs. Liebe ist so weitreichend und zieht sich durch unser gesamtes Menschsein, dass es sicher noch öfter Blogs darüber geben wird. Dieser hier fokussiert sich daher zunächst nur auf einen rasant wachsenden Bereich: Wie eine immer ängstlichere Welt glückliche Pärchen(bildung) zunehmend unmöglich macht.

### **Was ist Liebe und was ist ihr Gegenteil?**

Die Antwort darauf ist so gewaltig, dass man ein Buch darüber schreiben könnte, wenn nicht sogar **DREI**. Die Definition von Liebe sei hier mal vernachlässigt. Da hat jeder so sein individuelles, (aktuelles) Bild, das sich auch ein Leben lang weiterentwickeln wird – zumindest im Idealfall. Aber was ist ihr Gegenpol? Eine weit verbreitete Ansicht ist es, dass Hass der unmittelbare Gegenspieler der Liebe sei. Doch ganz so einfach ist das nicht immer unbedingt.

Betrachten wir doch mal ein Baby. Definitiv kann ein Neugeborenes Liebe in uns auslösen und ebenso auf Liebe reagieren. Es kann liebe Augen haben, braucht Liebe zum Überleben. Und ebenso sicher kann ein Baby auch erschrecken, Angst haben. Doch wer hat jemals ein Baby mit hassendem Blick gesehen? Maximal in Horrorfilmen und selbst da fällt mir gar keiner ein.

### **Hass ist kein Urgefühl, ...**

... ist nicht archaisch, ist uns nicht angeboren. Hass muss man im Gegensatz zu Liebe und Angst erlernen und entwickeln. Die Fähigkeit zu lieben muss natürlich ebenfalls entwickelt werden, doch die Veranlagung dazu ist in uns von Beginn an vorhanden. Vermutlich, weil die Liebe lebenswichtig, Hass jedoch zum Überleben vollkommen überflüssig, ja sogar eher hinderlich ist. Aber woraus entsteht Hass? Wie lernen wir ihn?

Wir beginnen zu hassen, was uns (dauerhaft) Angst macht, nervt oder uns eben von der Liebe fernhält. Und wir meinen, allmählich mehr und mehr zu hassen, wenn uns beispielsweise der Partner oder das Objekt unserer Begierde aufregt, immer wieder schlechte Entscheidungen trifft, Sachen nicht verstehen will, Fehler begeht. Doch dieser "Hass" basiert letztlich auf der Tatsache, dass wir diese Person eigentlich lieben aber



sie uns leider immer wieder Angst macht – und zwar die Angst, sie zu verlieren, weil sie uns nicht versteht, nicht erkennt und offenbar nicht liebt. „Sonst würde sie sich doch nicht so dumm verhalten, oder?“

Würden wir sie nicht lieben, würden uns ihre bescheuerten Argumente und ewig falschen Entscheidungen auch nicht aufregen. Dann wäre sie uns einfach nur egal. „Gleichgültigkeit“ meinen daher auch manche, sei der Gegenpol der Liebe.

### **Liebe – Hass – Gleichgültigkeit ...**

... sie alle spielen irgendwie gemeinsam eine Rolle. Mixen einen Cocktail, den man gerne auch mal Hassliebe nennt, wobei „Gleichgültigkeit“ die Endstation der Liebe sein dürfte, die hoffentlich dann mal irgendwann eintrifft, wenn man resigniert einsehen muss, dass man sich in der Person offenbar völlig getäuscht hat, sie vielleicht doch nicht so die Seelenverwandte ist, wie man lange dachte und meinte, gefühlt zu haben.

Je mehr einen jemand aufregt und immer wieder die gleichen Fehler macht und es sich selbst und einem damit nur unnötig schwer macht, desto mehr scheint man diese Person allmählich zu „hassen“.

Je mehr man sie „hasst“, desto mehr Macht bekommt dieser Mensch jedoch, da nur diese Person (die man ja eigentlich nur „hasst“, weil man sie im Grunde liebt, sie sich aber dämlich verhält in unseren Augen) die Möglichkeit hätte, unseren Hass umgehend wieder in Liebe zu verwandeln.

„Würde sie doch einfach nur begreifen, wie dumm sie sich verhält, dann wäre endlich alles gut. Wieso kann sie nicht sehen, wie glücklich wir beide wären, würde sie endlich mal ihr Hirn einschalten.“ – Gedanken dieser Art quälen

einen, rauben einem den Schlaf und machen immer wütender. Und schon haben wir sie:

### **Die gigantische Hass-Liebe-Amplitude!**

So ein Mensch, den man also gleichermaßen liebt, wie offenbar auch hasst, erzeugt einen enormen Wellengang. Wenn man es sich als grafische Kurve vorstellt, dann reicht das Spektrum von minus 100 bis plus 100 Prozent. Wow! Das fühlt sich so unfassbar lebendig, aufwühlend und beinahe schon übermächtig an. Ganz anders, als der beste Kumpel, die beste Freundin, die einen immer versteht, über die man sich nie aufregen muss und deren Amplitude daher eine zwar unfassbar stabile und zuverlässige, flache Kurve aufweist - die aber leider genau deswegen nicht sonderlich auffällig beeindrucken kann. Super schade. Mega traurig. Eigentlich. Somit werden „die Besten“ oft in die „Schublade der netten Menschen“ gesteckt: Sie mögen ja wichtig sein und ganz nett, aber wenig beeindruckend, nichts zum Heiraten. Meint man. Und dann sagt man auch gerne und in der tiefen Überzeugung, dem anderen damit eine Freude zu machen, Sachen wie „Du bist ein ganz toller und wertvoller Mensch, lass uns Freunde bleiben.“ Doch geheiratet wird dann in der Regel das wellenkurvigere Amplituden-Arschloch.

Eine Kurve, die hingegen von minus bis plus 100 reicht - wow! Was für ein faszinierender Mann, was für eine aufregende Frau! Ein, wenn nicht sogar *der* Grund, warum wir uns von solchen Menschen nicht mehr losreißen können.

Fälschlicherweise glauben wir, dass so eine Person mächtige Gefühle in einem auslöst, könne doch nur daran liegen, „dass die Liebe so groß und der Mensch eben einfach so toll ist.“

Pustekuchen. Vielleicht ist nicht die Liebe so groß sondern der Mensch einfach nur so dumm, unlogisch oder irrational, dass er oder sie einen immer wieder zur Weißglut





bringt. Oft reicht es auch bereits, wenn die einfachsten Fragen zum Beispiel in WhatsApp gar nicht oder erst Tage später beantwortet werden, um sofort wieder aus vollem Herzen zu „hassen“.

### **Aber ist diese Person wirklich „dumm“ oder steckt womöglich etwas anderes dahinter?**

Achtung, jetzt wird's philosophisch. **AN ANDERER STELLE** erwähne ich, dass „das Böse“ und „die Dummheit“ sich oft zum Verwechseln ähnlich sehen. Und wenn wiederum Angst der Gegenpol der Liebe ist (also Angst und das Böse verwandt sind), dann könnte das vermeintlich „dumme“ Verhalten der geliebten Person womöglich viel eher mit Angst zu tun haben, oder nicht?

Und sagt nicht auch die Psychologie, dass Angst Liebe zerstört, ebenso wie Liebe Angst zerstören kann? Und sagt nicht der Glaube „Wo Liebe ist, kann keine Angst sein“? Sagt die Bibel nicht gefühlt vier Millionen mal „Fürchtet euch nicht“ und dass die Angst die mächtigste Waffe des „Teufels“ sei, um uns von Liebe zu trennen?

Schauen wir doch mal, ob das scheinbar „dumme“ und unlogische, nicht nachvollziehbare Verhalten mancher Leute vielleicht viel eher mit Ängsten zu tun haben kann, als mit echter Dummheit. Auch wenn das Ergebnis von Dummheit und Entscheidungen aus Angst das gleiche ist: Nämlich einfach falsch und nicht gut!

Um es etwas kürzer und knackiger zu halten, möchte ich hier einfach mal einige Beispiele anschneiden, die ich aus meinem eigenen Leben kenne und sie ganz ähnlich auch schon öfter bei Freunden mitbekommen habe. Situationen wie

diese nehmen in Zeiten von Corona-Zukunftsängsten, zunehmender Verrohung und Gehässigkeit in der Gesellschaft rasant zu und sind heute häufiger und noch krasser, denn je.

### **1. Sicherheitsdenken**

Wie war ich mal verliebt in eine Lady aus Würzburg, 170 km von mir entfernt. Wir waren beide auf einer Wellenlänge, es klappte in allen Bereichen. Nach fünf Monaten beendete sie es unter Tränen in etwa mit den Worten: „Die Entfernung ist so groß und dass du zwölf Jahre älter bist, macht mir Angst. Was ist, wenn das eines Tages (!) ein Problem wird?“

Sie ging dann zu ihrem Ex zurück. Sie sagte, er sei zwar extrem langweilig, würde den ganzen Tag nur zocken, sie kaum mehr beachten, es gäbe keinerlei Leidenschaft mehr, doch wenigstens mache ihr diese Situation keine Angst. Glückwunsch! Entscheidung aus Angst. Dumm war sie mit Sicherheit nicht, sie war sogar ein Genie, bekam Preise an ihrer Uni.

### **2. Angst vor der Liebe selbst**

Die Frau aus **TEIL 2 MEINER TRILOGIE** gab es auf gewisse Weise tatsächlich. Obwohl sie unfassbar viel Sex hatte, bekam sie ihre allererste Umarmung und den ersten wirklichen Kuss ihres Lebens erst von mir, was sie heulen und zittern ließ vor Überwältigung und obwohl sie sagte, sie habe so etwas Schönes noch nie erlebt, entschied sie sich nach etlichen Wochen dazu, lieber wieder zu ihrem Peiniger und „Gefängniswärter“ zurückzugehen.



“Es ist dumm, was ich tue, ich weiß es selbst”, sagte sie. “Aber die Gefühle, die ich bei dir haben machen mir Angst, ich kenne die nicht. Das was er mit mir macht ist bestimmt nicht ganz richtig, aber so kenne ich es nun mal.”

Sie brach es ab. Weil es Liebe war. Sie hatte buchstäblich Angst vor der Liebe. Kann es eine größere “Dummheit” oder Ungerechtigkeit im Leben geben? Einen größeren Fehler? Ich meine nein. In solchen Fällen ist man vollkommen machtlos. Verwandt damit ist z.B.:

### **3. Man sehnt sich zwar nach Liebe, doch je schöner es wird, überwiegt die Angst, sie wieder zu verlieren und lässt Mauern bauen**

Da besteht eine super tiefe Verbindung, eine Seelenverwandtschaft. Etwas, das sich wie ein roter Faden durchs Leben zieht, den anderen niemals vergessen ließ und wohl auch niemals vergessen lassen wird. Und eigentlich bestand auch ein Zauber, der nötig und ausreichend gewesen wäre, den frisch aufkeimenden Samen von langsam entstehender Liebe wachsen zu lassen. Doch genau diese Gefühle machen manchen Personen was? Genau – wieder einmal Angst. Auch sie entschied sich, nicht zum ersten Mal, lieber in einer eigentlich leidenschaftslosen, totgefahrenen, aussichtslosen und extrem einengenden Beziehung zu bleiben. Aus Gewohnheit, aus Vertrautheit. Weil es sich so ungefährlich anfühlt. Aber allem voran war es mal wieder die Angst gerade vor der Liebe höchstselbst. Zu oft hatte diese Frau schon geliebte Menschen verloren, so dass sie sich bewusst und unbewusst lieber an Partnerschaften klammerte, bei denen der Ver-

lust nicht allzu schmerzhaft sein sollte, wenn die Liebe keine allzu große wäre. Auf diese Art lernt man natürlich niemals die wahre Liebe kennen, sondern immer nur ihren kalten Schatten.

Drei Beispiele aus meinem Leben und ich könnte noch so viele weitere nennen, auch was ich links und rechts sehe. Menschen, die eigentlich definitiv zusammen gehören, finden nicht zueinander. Aus Angst. Und selbst mein Versprechen, dass wir gemeinsam jede Angst besiegen werden – es genügte nicht. Angst ist ein so dermaßen mächtiger Feind. Doch dieser Feind ist nur so groß, wie wir es zulassen. Diese drei Beispiele – sie ließen es alle zu, dass die Angst am Ende siegen konnte und sie somit von wirklicher Liebe, vom wahren Leben fernhielt! Teufel: 2, Liebe: 0

### **Wir alle wollen Liebe, ...**

... doch wie oft folgen wir viel eher dem Pfad der Angst? Niemand braucht zu meinen, er würde mit Liebe belohnt werden, wenn er ihr nicht vertraut, sondern eher auf die Angst hört – den Gegenspieler der Liebe seit jeher. Angst hat in diesen Fällen nur ein Ziel: Sie möchte uns von dem, was wir lieben und das uns glücklich machen könnte, fernhalten.

Haben wir Angst vor der Achterbahnfahrt und vermeiden wir es daher, einzusteigen, entgehen uns beispielsweise drei Minuten Adrenalin-Kick und Lebensfreude. Und entscheiden wir uns aus Angst, auf die Liebe zu verzichten, dann verbringen wir eben ein Leben bei unserem Peiniger und Vergewaltiger, bei unserem arschlangweiligen Dauerzocker ohne jede Leidenschaft oder bei unserer vertrauten, alles verbietenden Gewohn-



heit, wo man sich seit Jahren nichts mehr zu sagen hat und nur noch da ist, weil es doch schon "immer" so war, obwohl das Herz ganz klar was anderes sagte, bevor man dessen Stimme wieder einmal gewaltsam unterdrückte und abtötete.

### **Fehlende Angst ist ein bisschen wie Liebe**

Aber wieso fühlt sich dann der "Partner aus Angst" trotzdem ein bisschen wie Liebe an? Nun, weil er es zumindest schafft, die Angst zu beenden. Die vor dem Alleinsein beispielsweise. Manche glauben, so fühlt sich die Liebe an. Doch ein Neutralisieren der Angst, ein nicht-mehr-Vorhandensein von Angst ist noch keine Liebe. Um beim Kurvenbeispiel zu bleiben: Es ist eine Null. Es ist keine plus 100. Aber wenigstens auch keine minus 100. Wem das genügt ... bitte. Viel Spaß und ein schönes Vegetieren ... äh ... Leben noch.

Liebe ist nun mal eine Entscheidung. Und man muss ihr vertrauen können. Sie schenkt sich nur denen, die ihr vertrauen. Man muss mutig sein.

Wer sich für die Angst entscheidet, wird Liebe nicht finden. So einfach ist das. Und dann kommen dabei Entscheidungen raus, bei denen man nur noch den Kopf schütteln kann. Man muss sie akzeptieren, aber braucht sie nicht zu respektieren. Weil sie einfach nicht richtig sind. Sie sind irgendwie dumm, da die Entscheidung, der Angst zu folgen, anstatt der Liebe, gewissermaßen eine dumme Entscheidung ist. Sie beruht auf dem Unwissen, dass wir der Liebe vertrauen können. Nämlich dann, wenn wir sie verstehen, wie im Sinne meiner Bücher. Es spielt keine Rolle, wie oft wir verletzt wurden. Das wird, wie ich finde, in Teil 2 **"... UND NACH UNS DIE STERNE"** ganz gut beschrieben.

Und ich? Nun ja, ich finde es schade. Nein, quatsch. Das ist untertrieben. Ich finde es zum

Kotzen und könnte manchmal wirklich nur noch reinschlagen. Denn was hilft es, wenn man selbst solche Dinge verstanden hat, doch dann die große Liebe immer und immer wieder falsche Entscheidungen trifft und man mit gebrochenem Herzen zurück bleibt! Wegen Entscheidungen aus Angst für ein Leben in ewigem, seelischen Hunger. Glückwunsch! Gut gemacht!

### **Und so wird sie immer trauriger, ...**

... kälter, einsamer, depressiver, müder, erschöpfter, liebloser, sinnloser, freudloser, ... unsere Welt. Denn eine Gesellschaft besteht aus ihren Menschen und jene entscheiden sich immer mehr und mehr, dem Pfad der Angst zu folgen. Nicht nur in Beziehungsfragen, wie es in diesem Blog das Thema war, sondern in so vielen anderen ebenfalls. Doch in Fragen von Liebesbeziehungen tut diese Feigheit, diese "Unklugheit" am meisten weh. Da hilft es auch wenig (auch das habe ich schon erlebt), wenn sie dann Jahre später kommen mit "Ich war ja so dumm damals." Stimmt. Warst du. Oder ängstlich. Und wie ist es heute? Machst du es heute vielleicht anders?

So und jetzt höre ich **SUPERFLY VON MUSIC INSTRUCTOR** und spacke ein wenig darauf ab – montagsmorgens um 6 Uhr.

Es lebe 90er Dancefloor / Breakdance :D Denn auch wenn andere die Liebe verjagen, ich trage sie und ihre Lebensfreude in mir, egal wie oft ich auf die Schnauze geflogen bin. Und irgendwann will es auch eine mit mir teilen. Denn das ist wahre Stärke und Lebenskunst: Immer wieder aufzustehen und neu zu vertrauen. Denn die Frucht ist von der Wurzel abhängig, nicht die Wurzel von der Frucht. Ganz im Sinne der ersten Erinnerung.

*Chris*



# Medien-Quellen

## Texte, Layout & Gestaltung

Christopher E. Schmitt

### Bildnachweise:

#### Seite 1

„Beautiful fresh girl ...“  
„Medical syringe ...“  
„Rezept“

Kobrinphoto  
dule964  
Alexander Raths  
@ stock.adobe.com  
composed by Chris Schmitt

#### Seite 2

„baby under a towel“

Ramona Heim  
@ stock.adobe.com

#### Seite 3

„blonde woman feeling ...“

kues1  
@ stock.adobe.com

#### Seite 4

„Freedom concept ...“

Choat  
@ stock.adobe.com

#### Seite 5

„Magical woman“

Jesse-lee Lang  
@ stock.adobe.com

#### Seite 6

„Japanese bonsai ...“

New Africa  
@ stock.adobe.com

## YouTube Video zum Blog



(noch nicht vorhanden)

## Beitrag erstellt/aktualisiert

29. November 2021 / Version 1

## Link zum Impressum

Autor und Projekt s♥pporten

#3Erinnerungen

