



GIOVANNI FRAZZETTO

NÄHE

WIE WIR
LIEBEN UND BEGEHREN

H A N S E R

Laden zuvor vielleicht ein- oder zweimal betreten, um sich bei einem Regenguss unterzustellen und ein paar Minuten damit zu verbringen, sich Poster von Landkarten oder Comic-Heftchen anzusehen. Aber an jenem Abend stand Carrie hinter dem Informationstresen vor der Lyrikabteilung, ein Schwan mit grünen Augen, einem Kleid und Lippenstift.

»Donnerlittchen ... dank der Baustelle verfallende ich noch der Literatur!«, dachte Aidan. Und so kam es auch. Auf seinen neuen umständlicheren Nachhauseweg wartete Aidan den ganzen Tag. Jeden Wochentag zwischen fünf und sieben, je nachdem, wann er das Büro verließ, kehrte er zurück in der Hoffnung, Carrie anzutreffen. Bei seinem zweiten Besuch fragte er sie ungeniert nach ihrem Namen. Er fing an, so zu tun, als interessiere er sich für Lyrik, indem er wahllos Fragen über Autoren und ihr Leben stellte, und Carrie tat so, als durchschaue sie nicht, dass es nur gespielt war.

Wenn Carrie mal nicht in der Nähe war, wartete er und blätterte den einen oder anderen Band durch. Manchmal versteckte Carrie sich hinter den Regalen, um zu testen, wie lange er ausharren würde.

»Also, ich habe einen Vorschlag«, sagte Aidan, nachdem sie fast einen Monat lang geflirtet hatten.

»Und zwar?«

»Wenn wir uns morgen wieder hier treffen, gehen wir zusammen irgendwo was trinken.«

»Abgemacht!«

Am Tag darauf verließ Carrie keine Sekunde lang den Tresen, nicht einmal, um auf die Toilette zu gehen. Es war Sommer, und Aidan erschien, in jeder Hand eine Eistüte, und zog eine klebrige Spur hinter sich her.

Die Zeit, was für ein merkwürdiges Detail, denkt Aidan heute bei sich. Ein Kind und zwei Hypotheken später, diverse Krankheiten, ihr eigener Buchladen, ein paar größere Streits, aber vor allem jede Menge Lachen, stehen die beiden kurz vor der Rente und zählen immer noch die Segnungen ihrer unsterblichen Vereinigung. Wenn man sie fragt, können sie nicht sagen, was sie so lange zusammengehalten hat.

In denselben Straßen sind wieder Baustellen, nur größere, und Aidan wünschte, er könnte ihnen gegenüber nachsichtiger sein. Ganze Erdstreifen werden herausgerissen, herumgeworfen und überall verstreut. Woche für Woche, Schicht für Schicht, Ecke für Ecke schaben Bagger und Presslufthammer Sohos Kruste ab, wühlen in

seinen Eingeweiden und legen seine Venen offen, die alten Wasserrohre, die immer wieder platzen und ersetzt werden müssen.

Ihr Einundzwanzigster: Wieder wird um Mitternacht eine Schaltsekunde zwischen sie kommen. Ein Souvenir der Vergangenheit oder ein Raub der Zukunft. Aidan erinnert sich, wie die Meinungen und Erklärungen der Experten die Nachrichten gefüllt hatten und dass er und Carrie sich staunend über die Schaltsekunde unterhalten hatten. Bei der zusätzlichen Sekunde ging es darum, die Uhren an die Planeten anzupassen, gewissermaßen um die Falte zwischen menschengemachter Zeit und der größeren astronomischen Ordnung glatt zu bügeln. Die Zeit, die uns auf dem Computer angezeigt wird, tickt genau so, dass ein Tag und eine Nacht 24 Stunden dauern, die insgesamt 86.400 identische Sekunden beinhalten. Aber auch, wenn wir es nicht wahrnehmen, braucht die Erde gelegentlich etwas länger, um sich um sich selbst zu drehen, weil ihr inneres Gewackel und Gewühle durch Erdbeben oder andere Gesteinsschmelzen ihre Drehung verlangsamen. Auch die Gezeiten, durch die Anziehungskraft des Mondes beeinflusst, behindern sie. Wenn die Wissenschaftler diese unvorhersehbaren Verzögerungen ausgleichen müssen, einigen sie sich darauf, das Jahr um eine Sekunde zu verlängern, was vorzugsweise am 31.12. geschieht.¹

Im Jahr ihrer ersten gemeinsamen Schaltsekunde, 1973, hoffte Aidan am Ende eines langen Arbeitstages, Carrie in der Buchhandlung zu treffen. Heute backt sie in ihrem gemeinsamen Zuhause zur Feier des Tages einen Kuchen. Wenn er jetzt vor der U-Bahn-Station Goodge Street steht, lächelt Aidan beseelt, so süß ist die Erinnerung daran, was 21 Schaltsekunden zuvor dort passierte.

In einem von Herzen kommenden Brief teilt der deutsche Dichter Rainer Maria Rilke seinem Freund Friedrich seine jüngste Schlussfolgerung über die Funktionsweise der Liebe mit: »Da habe ich immer und immer wieder erfahren, dass es kaum etwas Schwereres gibt, als sich lieb haben. Dass das Arbeit ist, Tagelohn, Friedrich, Tagelohn; weiß Gott, es gibt kein anderes Wort dafür.«²

Vertraulichkeit ist kein unabänderliches Talent, sondern eher eine Reise. Wie andere Fertigkeiten vervollkommnet sie sich durch Versuch und Irrtum. Intimität und Nähe bedeuten das Aufführen, Proben und Verfeinern verschiedener Arten der Verbindung. Jedes Mal, wenn wir anfangen, eine Beziehung aufzubauen, haben wir eine Chance, zu

lernen, wie Intimität funktioniert, sowohl kurz- als auch langfristig. Ob die Verbindung ein paar Monate, Jahrzehnte oder ein Leben lang hält, die Verfeinerung erfordert Zeit.

Zeit ist eine wesentliche Dimension der Erforschung des Geistes, doch wie der Geist, oder das Gehirn, die Zeit verfolgt und wie wir sie in einer Bandbreite von Ereignissen und Situationen wahrnehmen, ist immer noch eine ungeklärte Frage.³ Seit etwa 1800 werten Studien der Mentalen Chronometrie den zeitlichen Verlauf geistiger Ereignisse aus.⁴ Diese Studien konzentrieren sich vor allem darauf, die unterschiedlichen Reaktionszeiten von Personen im Zusammenhang mit kognitiven Aufgaben von unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad zu messen. Die Betrachtung einer zeitlichen Dimension zwischenmenschlicher und emotionaler Vorgänge ist ebenso zentral, jedoch eine relativ neue Ergänzung zu Laboruntersuchungen. Techniken wie die funktionelle Magnetresonanztomografie (kurz: fMRT) wurden ausgiebig genutzt, um Gefühle auf der Landkarte des Gehirns einzuzeichnen. Es besteht jedoch keine Eins-zu-eins-Entsprechung zwischen einem bestimmten Gefühl und einem Bereich des Gehirns. Die gesamte jeweils mit einer Emotion verbundene Aktivität wird über Netzwerke von Regionen hinweg geteilt, die parallel arbeiten. Eine Region ist vielleicht hauptsächlich an einer bestimmten Emotion beteiligt, unterstützt aber gleichzeitig die Verarbeitung anderer und liegt ihnen zugrunde.⁵ In diesem Geflecht aus Netzwerken hat koordinierte Zeitdynamik Priorität. Was zählt, ist nicht nur die Größenordnung einer Emotion, sondern auch ihre zeitliche Breite oder wie lang es dauert, einen gewissen Grad ihrer Intensität zu erreichen oder zu verlieren.⁶

Unser Gefühlsleben und unsere sozialen Interaktionen entfalten sich in unterschiedlichen Zeitmaßstäben.⁷ Wenn wir mit anderen interagieren, beobachten wir, nehmen wahr, schauspielern, erinnern uns, imitieren, teilen und vergessen. Möglicherweise nehmen wir Gewohnheiten an, ändern sie oder legen sie ab. Dinge passieren in Submillisekunden, Minuten, Stunden, Tagen und Wochen. Sogar Monaten und Jahren. Von den Schwingungen neuronaler Wellen zu einem erhöhten Stromfluss von Nerv zu Nerv, vom Ausstoß neurochemischer Stoffe zur Beschleunigung der Atmung und von der Vermehrung von Neuronen zum epigenetischen »Tagging« der DNA spielt sich die Physiologie des Zusammenseins in unterschiedlichen Geschwindigkeiten ab. Es dauert weniger als einen Augenblick, einen

Gesichtsausdruck zu registrieren oder nachzuahmen. Wütende oder freudige Reaktionen können innerhalb von Sekunden ihren Höhepunkt erreichen. Aber damit unsere Stimmung steigt oder sinkt, braucht es vielleicht ein paar Minuten. Das Abgewöhnen eines unerwünschten, automatisierten Verhaltens kann Jahre dauern. Wir könnten fragen: Wie lange dauert es, jemanden wirklich kennenzulernen?

Jedes Individuum hat seinen eigenen Zeitmaßstab als Teil seines emotionalen Stils, der wiederum ein Resultat aus genetischer Veranlagung und biografischer Erfahrung ist. Bei einem Paar treffen diese beiden Maßstäbe aufeinander, lassen sich vergleichen und anpassen. Das erfordert Verständnis und Willensakte. Aidan ist schneller als Carrie, wenn es darum geht, einen Streit anzuzetteln oder sich davon zu erholen. Während er es schnell wieder vergisst, brütet Carrie tagelang über Kleinigkeiten. Andererseits fängt Carrie rasch seine Stimmungen auf, während Aidan gelegentlich Erklärungen für ihre Worte oder Handlungen braucht. In einem Versuch, individuelle Unterschiede in emotionalem Stil und Reaktion aufzudecken, hat die Forschung begonnen, sich die zeitliche Dynamik genauer anzusehen, auch in Verbindung mit unterschiedlichen Persönlichkeitszügen oder Bedingungen. Zum Beispiel brauchen Neurotiker – die zu negativer Emotionalität neigen und darin verharren – länger, um sich von der Anspannung eines aufwühlenden Ereignisses zu erholen. Der Teil des Gehirns, dessen Aufgabe es ist, mit jenem Ereignis fertigzuwerden – die Amygdala, um genau zu sein –, fährt langsamer herunter.⁸ Ähnlich ist es, wenn wir deprimiert sind, dann kann unsere Amygdala zehn bis 15 Sekunden länger brauchen, um sich von der Auswirkung von Worten zu erholen, die mit einer negativen Stimmung verknüpft sind.⁹

Wir fragen uns vielleicht, wie lang es dann dauert, Intimität aufzubauen. Die Antwort auf diese Frage hängt sowohl stark von dem Grad der Nähe als auch von den beteiligten Individuen ab. In einigen Studien wurde versucht, Intimität künstlich zu erzeugen. Vom Austausch von Geheimnissen und gegenseitigem Anstarren bis hin zur Selbstoffenbarung und der Bekundung von Wehrlosigkeit wurden Techniken entwickelt, die dabei helfen sollten, Nähe entstehen zu lassen und über eine längere Zeit hinweg aufrechtzuerhalten.¹⁰ So hilft zum Beispiel eine simple Körperübung, bei der man sich rückwärts in die Arme eines Partners fallen lässt, Gefühle von Verwundbarkeit und Vertrauen zu nähren, beides wesentliche Zutaten bei der Schaffung von Nähe.

Eine der ersten Studien, die untersuchte, ob Nähe zwischen Fremden tatsächlich erzeugt werden kann, fand bereits 1997 statt.¹¹ Zwei Gruppen von Teilnehmern (in diesem Fall alle heterosexuell) wurden in Paare aufgeteilt und gebeten, sich etwa 45 Minuten lang miteinander zu unterhalten. Eine Gruppe von Paaren machte Small Talk. Die Paare in der anderen Gruppe stellten sich gegenseitig Fragen, bei denen zunehmend persönliche Details preisgegeben werden sollten. Bei den persönlichen Fragen ging es um Eigenschaften, Wünsche, Ziele, Werte oder Geheimnisse und peinliche Erlebnisse einer Person sowie Informationen über die Beziehung zu Familienmitgliedern. Zum Beispiel: »Wofür bist du in deinem Leben am dankbarsten?« oder »Wie viel Nähe und Wärme gibt es in deiner Familie?« und »Wann hast du das letzte Mal vor einem anderen Menschen geweint?«. Als die Forscher am Ende des Durchgangs die Pegel der Nähe zwischen den Teilnehmern beider Gruppen maßen, gaben die Paare einen umso höheren Nähegrad an, je mehr persönliche Details sie ausgetauscht hatten. In einem ähnlichen, jüngeren Experiment wurden zufällig ausgewählte Teilnehmer eines Speeddatings gebeten, so zu tun, als wären sie bereits ineinander verliebt.¹² Die generelle Idee hinter dem Rollenspiel war, dass die Nachahmung einer Emotion die Macht hat, diese nachhaltig zu erschaffen. Wie im vorherigen Experiment tauschten die Teilnehmer persönliche Details und Geheimnisse aus. Unter dem Vorwand des Handlesens, wurden die falschen Pärchen auch ermuntert, die Hand des anderen zu berühren. Darüber hinaus blickten sie einander bewusst in die Augen, wovon man weiß, dass es mehr Macht hat, eine Verbindung herzustellen, als jemand anderem einfach generell ins Gesicht zu sehen.¹³ Am Ende äußerten 45 Prozent der Teilnehmer den Wunsch, sich wiederzutreffen.

Ein weiteres Experiment sah sich die neuronalen Substrate an, die die ersten Eindrücke potenzieller Partner unterstrichen, die sich bei einem Speeddating begegneten.¹⁴ Das Ergebnis der Studie enthüllte, dass die Gehirnaktivität bei Menschen mit dem Interesse, jemanden zu umwerben, in zwei unterschiedlichen Teilen eines Hirnareals verzeichnet werden kann, das dorsomedialer präfrontaler Kortex genannt wird, wobei der eine körperliche Attraktivität beurteilt und der andere psychologische Kompatibilität.

Obwohl eine fünfminütige oder einstündige Interaktion in einer Versuchssituation eine gewisse Nähe erzeugen kann, ist jene Intimität nicht vergleichbar mit der Loyalität und Abhängigkeit, die aus einer