

KARL-HEINZ IN DEN BIRKEN



LIVEBOOK

Lebensweisheiten &
Erkenntnisse zum
täglichen Leben

IDB-VERLAG



Karl-Heinz In den Birken

LIVEBOOK

Ratgeber: Lifepartner

Lebensweisheiten & Erkenntnisse
zum täglichen Leben



... aus der Edition-Lifegate

IDB-VERLAG

Impressum:

Bei der Zusammenstellung von Texten, deren Rechtschreibung, Inhalte und Informationen wurde mit größter Sorgfalt vorgegangen. Trotzdem können Fehler nicht ausgeschlossen werden – wofür Verlag und Autor um Verständnis bitten und keine Haftung übernehmen können. Für Verbesserungsvorschläge und Hinweise auf Fehler sind Verlag und Autor dankbar.

Originalausgabe 2009 - Made in Germany
Copyright: 2009 IDB-Verlag, K.-H. In den Birken, Rödinghausen
Umschlagsgestaltung: IDB-Design, K.-H. In den Birken, Rödinghausen
Herstellung: IDB-Verlag, K.-H. In den Birken, Rödinghausen

IDB-Verlag - Karl-Heinz In den Birken - Edition Lifegate

www.idb-info.de/idb-verlag

- 1. Auflage -

Inhaltsverzeichnis:

1. Ratgeber: Lifepartner

1.1	Ratgeber: Einleitung	7
1.2	Es ist nicht gut, dass der Mensch allein sei	8
1.3	Unsere Beziehung zu unserem Lebenspartner .	10
1.4	Die fünf Tugenden für eine harmonische Beziehung	17
1.5	Das Phänomen der Liebe	24
1.6	Leidenschaft und Entsagung	44
1.7	Sexualität und gute Gefühle	48
1.8	Sexualität – Tanz des Lebens	55
1.9	Sexualität und Liebe	61
1.10	Wenn wir lieben, dann lieben wir offen	66

2. Nachsatz und Übergang

2.1	Einstieg in die Ratgeberreihe	71
2.2	Verwendung & Anleitung	71
2.3	Weiterreichung & Weiterempfehlung	76

Was bedeutet Leben?

Hierzu ein Satz von Rainer Marie Rilke: „Wenn jemand stirbt, nicht das allein ist Tod. Tod ist, wenn jemand lebt und weiß es nicht!“

Frage: „Wann wissen wir, dass wir leben und nicht schon während unseres Lebens „Tod“ sind?“

Antwort: „Wenn wir wissen, wer wir sind - wenn wir wissen, dass wir alle eins sind - wenn wir wissen, dass wir alles sein, tun und haben können - wenn wir wissen, dass es für uns keinen Mangel gibt - wenn wir wissen, dass es für uns keine Sorgen, Verpflichtungen und Einschränkungen gibt - wenn wir wissen, dass es für uns keinen Tod und somit kein Ende gibt - wenn wir nichts brauchen, aber alles genießen - wenn wir uns und das Leben lieben - wenn wir...“

... bewusst leben im „Jetzt“



LIVEBOOK

... der Lebensberater

Ratgeberreihe: Livebook

1.1 Einleitung in die Ratgeberreihe

Wenn nicht schon geschehen, empfehle ich Ihnen vor Beginn des Lesens eines einzelnen Ratgebers oder weiterer Ratgeber aus der „Livebook-Ratgeberreihe“ die allgemeine Broschüre „Erstinformation zur Livebook-Ratgeberreihe“ zu lesen. Das ist schon deshalb von Bedeutung, weil darin allgemeine Vorinformationen ausführlich beschrieben werden, die zu einem weiteren Verständnis der einzelnen Ratgeber erforderlich sind.

Was Sie im Leben ändern möchten, was sich in Ihrem Leben ändern sollte und warum es sich bisher nicht geändert hat.

Sie lesen dieses „Livebook“ aus der „Livebook-Ratgeberreihe“, weil Sie das Gefühl und den Wunsch haben, dass sich in Ihrem Leben etwas ändern sollte und weil Sie sich Antworten auf allumfassende Fragen zu dem gewählten Bereich erhoffen. Ich verspreche Ihnen, wenn Sie dieses „Livebook“ intensiv und kritisch lesen, werden Sie Antworten auf Ihre Fragen erhalten und es wird sich Ihr Bewusstsein und damit Ihr Leben verändern. Nach dem Lifegate-Motto:

Leben einfach – einfach Leben!

Ratgeber: Lifepartner

Der Ratgeber für ein bewusstes Erleben einer partnerschaftlichen erfüllten Beziehung

Was immer Sie schon über diesen Bereich des Lebens wissen wollten und dazu an Erklärungen suchten, mit diesem Ratgeber erhalten Sie die Antworten - ebenso erhalten Sie Hinweise und Anleitungen zu einem neuen Bewusstsein im Bezug zu diesem Bereich.

1.2 Es ist nicht gut, das der Mensch allein sei

Wir alle kennen diesen Satz aus der Bibel. Er ist Teil der menschlichen Mythologie über die Erschaffung der ersten Menschen mit Namen „Adam“ und „Eva“. Auch ohne Bezug dazu ist es nun einmal eine Tatsache, das der Mensch nicht allein sein sollte.

Der Mensch ist auf diesem Planeten und hat diese Lebensform gewählt, um Erfahrungen zu machen - Erfahrungen darüber wer-er-ist. Diese Erfahrungen werden ihm durch die Gegensätze des Lebens ermöglicht. Diese Gegensätze in Form von Yin und Yang sind in allem was das Leben beinhaltet vorhanden. Auch in Bezug zum Menschen selbst. So sind das Männliche und das Weibliche der höchste lebendige Ausdruck von Yin und Yang. Der Mensch als Individuum erfährt sein Leben als Ganzes erst über den

anderen Teil seines eigenen Selbst. Dieser Teil ist entweder das Männliche oder das Weibliche. Ob in einer Beziehung nun der Mann oder die Frau den männlichen Teil verkörpert, ist nicht von Bedeutung - ebenso auch nicht, wer den weiblichen Teil verkörpert. Auch bei homosexuellen Paaren wird man feststellen, dass einer den weiblichen Teil und der andere den männlichen Teil verkörpern. Das dies so ist, hängt damit zusammen, dass wir uns immer erst über den anderen Teil unseres Selbst als Ganzes erfahren können. Wenn wir also den männlichen Teil im Leben verkörpern, erfahren wir uns in einer Beziehung als Ganzes erst über die Ergänzung des weiblichen Teils. Und wenn wir der weibliche Teil im Leben sind, erfahren wir uns in einer Beziehung als Ganzes erst über die Ergänzung des männlichen Teils.

Wir werden uns als Mensch erst wirklich als Ganzes erfahren, wenn wir auch den zweiten Teil unseres Selbst erfahren. Dies ist der wahre Grund, warum wir auf diesem Planeten zwei Geschlechter erschaffen haben. Schon diese Betrachtungsweise führt uns zu der Erkenntnis, dass es nicht gut ist, das der Mensch allein ist. Würde der Mensch allein sein, ohne Beziehung zu einem „männlichen“ oder „weiblichen“ Partner, dann würde ihm die Erfahrung auch fehlen, sich durch den anderen Teil als Ganzes zu erfahren. Erst durch die Beziehung zu dem zweiten Teil unseres Selbst, erkennen wir, dass wir „eins sind“. Dazu wird schon in der Bibel der Hinweis gegeben: Und sie werden sein „ein Fleisch“.

Man kann sich sicherlich andere Möglichkeiten des Lebens, andere Varianten von Lebensformen vorstellen, wo es keine Gegensätze wie Yin und Yang und somit kein „männlich“ und kein „weiblich“ gibt. Diese Variante einer Lebensform würde sicherlich höher entwickelten Wesen entsprechen, zu

denen wir Menschen auf diesem Planeten Erde noch nicht gehören. Bei diesen höher entwickelten Wesen ist das Bewusstsein des „Einsseins“ in jedem Einzelnen als Individuum fest vorhanden. Diese Wesen benötigen also nicht als Erkennung des „Einsseins“ einen zweiten Teil als Gegensatz ihres Selbst. Diese Wesen erkennen sich selbst, wissen und akzeptieren das „Einssein-mit-allem-was-ist“ und damit das unzertrennliche „Einssein-mit-Gott“ – was eben einem höher entwickelten Bewusstsein entspricht.

Um nun wieder zu unserer Lebensform zurückzukehren - die nicht geringer als die eben erwähnte Lebensform ist, sondern nur anders - ist es für uns Menschen gut eine Beziehung mit dem zweiten Teil unseres Selbst einzugehen. Nicht „getrennt sein“ sondern „eins sein“, ist der Ausdruck des Bewusstseins, wer-wir-sind.

Es ist die wunderbarste Erfahrung, die wir in Verbindung mit der Liebe in unserem Leben machen können, dass wir mit dem Gegensatz unseres Selbst „Einswerden“. Es ist ein wahrhaft göttlicher Vorgang, denn die Erfahrung des Einsseins mit unserem Lebenspartner ist die Erfahrung des Einsseins mit Gott. Wir alle und alles was ist, ist unzertrennlich miteinander verbunden – wir alle sind Gott.

1.3 Unsere Beziehung zu unserem Lebenspartner

In unserem Leben treffen wir irgendwann auf eine Person, in der wir uns verlieben und mit der wir dann eine feste Beziehung eingehen. Dabei ist sicherlich die von beiden Seiten gewünschte Beziehung die, gemeinsam glücklich zu sein und ein Leben in Frieden und Harmonie zu führen.

Diese Wunschvorstellung wird sicherlich am Anfang der Beziehung noch ganz wunderbar funktionieren, aber schon nach einiger Zeit, wird diese Beziehung durch Missverständnisse, Zweifel und diversen Anspannungen aus den täglichen Lebensabläufen belastet. Anfänglich wird das auch noch so hingenommen. Aber irgendwann – bei dem einen früher und bei dem anderen etwas später – stellen wir uns die Fragen: Wann werden wir genug über Beziehungen gelernt haben, um im Stande zu sein, sie reibungslos verlaufen zu lassen. Gibt es irgendeine Möglichkeit, in einer Beziehung auf Dauer glücklich zu sein? Müssen wir diesen Zustand und die Beziehung als ständige Herausforderung akzeptieren?

Wir müssen über Beziehungen nichts lernen. Wir brauchen nur zu demonstrieren, was wir bereits wissen. Es gibt eine Möglichkeit, in Beziehungen glücklich zu sein: nämlich die, dass wir sie für ihren eigentlichen Zweck nutzen und nicht für jenen, den wir geplant haben. Selbstverständlich wird eine Beziehung eine ständige Herausforderung, aber auch immer höhere Aspekte, immer großartigere Visionen, und immer herrlichere Versionen an Selbsterfahrung für uns bedeuten - was ausführlicher unter „Unsere Beziehung zu unseren Mitmenschen“ beschrieben wird.

Um in einer partnerschaftlichen Beziehung alles zu tun, damit sie funktioniert, könnten wir uns fragen, welche Versprechungen wir in einer Beziehung geben sollten und welche Vereinbarungen wir einhalten müssen? Welche Verpflichtungen bringt eine Beziehung mit sich und an welche Richtlinien sollten wir uns halten? Die Antwort mag uns überraschen, denn sie lautet: Wir haben keine Verpflichtung – weder in einer Beziehung noch in unserem ganzen Leben. Ebenso keinerlei Beschränkungen oder

Begrenzungen, keine Richtlinien oder Regeln. Wir sind auch nicht durch irgendwelche Umstände oder Situationen gebunden, nicht eingeschränkt durch irgendwelchen Kodex oder ein Gesetz. Außerdem sind wir nicht für irgendeine Ungehörigkeit zu bestrafen, noch irgendeiner Ungehörigkeit fähig – denn in den Augen Gottes gibt es nichts „Ungehöriges“.

Ich möchte aber hier mehr auf die persönlichen und menschlichen Beziehungen der romantischen Art eingehen und ganz speziell und ausführlich auf die menschlichen Liebesbeziehungen zu sprechen kommen – die uns weiterhin so viel Schwierigkeiten bereiten. Wenn menschliche Liebesbeziehungen scheitern, dann aus dem Grund, weil sie unter falschen Voraussetzungen eingegangen worden sind. Aber Beziehungen scheitern nie wirklich – außer im rein menschlichen Sinn, weil sie nicht das erbrachten, was wir wollten. Beziehungen scheitern – verändern sich – meist dann, wenn sie aus Gründen eingegangen wurden, die für ihr Überleben nicht gänzlich oder zuträglich waren.

Die meisten Menschen gehen Beziehungen ein, indem sie mit einem Auge auf das schießen, was in ihr investiert werden kann. Der Zweck einer Beziehung ist aber der, dass wir entscheiden, welchen Teil von uns selbst wir gerne „sich zeigen“ lassen würden, und nicht, welchen Teil des anderen wir einfangen und festhalten können. Beziehungen – wie alles im Leben – können nur einen einzigen Zweck haben: nämlich den, dass wir sind und entscheiden, wer wir wirklich sind. Es mag romantisch sein, zu sagen, dass wir „nichts“ waren, bevor dieser andere besondere Mensch daherkam, doch das stimmt nicht. Schlimmer noch – wir setzen damit die andere Person unter Druck, alles Mögliche sein zu müssen, was sie gar nicht ist.

Weil diese Person uns nicht „enttäuschen“ möchte, strengt sie sich an und versucht all diese Dinge zu sein und zu tun, bis sie nicht mehr kann. Sie vermag unser Bild von ihr nicht länger auszumalen. Sie kann die Rolle nicht länger erfüllen, die ihr zugewiesen wurde. Ihr Unmut steigert sich – bis hin zur Wut. Schließlich beginnt diese andere Person, um sich selbst (und die Beziehung) zu retten, wieder ihr wahres Selbst einzufordern, und handelt stärker in Übereinstimmung mit dem, wer sie wirklich ist. Etwa zu dieser Zeit sagen wir dann, dass sie sich „wirklich verändert“ hat.

Es ist ebenso romantisch zu sagen, dass wir uns nun, wo diese andere Person in unser Leben getreten ist, vollständig fühlen. Doch der Sinn und Zweck einer Beziehung besteht nicht darin, dass wir eine andere Person haben, die uns vollständig macht, sondern darin, dass wir mit dieser anderen Person unsere Vollständigkeit teilen können. Dies ist ein Paradoxon aller menschlichen Beziehungen: Um vollständig erfahren zu können, wer wir sind, brauchen wir nicht unbedingt einen bestimmten anderen Menschen, und doch ... sind wir ohne einen anderen nichts. Dies ist das Rätsel und das Wunder, die Frustration und die Freude der menschlichen Erfahrung. Es bedarf eines tiefen Verstehens und der absoluten Bereitschaft, in diesem Paradoxon so zu leben, dass es Sinn macht. Es ist daher verständlich, dass sich nur sehr wenige Menschen daran halten.

Die meisten von uns beginnen jene Jahre, in denen wir anfangen, feste Beziehungen einzugehen, voller Erwartung, mit großer sexueller Energie, mit einem weit offenen Herzen und einer freudigen, wenn nicht sogar begierigen Seele. Irgendwann zwischen vierzig und sechzig (in den meisten Fällen früher als später) haben wir unseren großartigsten

Traum aufgegeben, unsere höchste Hoffnung fallen lassen und uns mit unserer niedrigsten Erwartung eingerichtet - oder mit gar nichts. Das Problem ist so grundlegend, so einfach, und wird doch auf so tragische Weise missverstanden: Unser großartigster Traum, unsere höchste Vorstellung, unsere liebste Hoffnung hatte mit der geliebten anderen Person zu tun, statt mit unserem geliebten Selbst. Der Sinn und Zweck unserer Beziehungen war darauf ausgerichtet, wie gut die andere Person unseren Ideen und Vorstellungen entsprach, und wie gut wir selbst ihren Vorstellungen entsprochen haben. Doch der einzige wahre Sinn und Zweck besteht darin, wie gut wir unseren Ideen und Vorstellungen entsprechen.

Beziehungen sind heilig, weil sie die größte – ja die einzige – Gelegenheit des Lebens bieten, die Erfahrung des höchsten Begriffs von unserem Selbst zu entwickeln und herzustellen. Beziehungen scheitern, wenn wir sie als großartigste Gelegenheit im Leben betrachten, den durch uns erfahrenen höchsten Begriff von einem anderen zu entwickeln und herzustellen. Lassen wir jeder in einer Beziehung befindlichen Person sich nicht um den anderen sorgen, sondern sich ausschließlich um das Selbst. Das scheint eine merkwürdige Lehre zu sein, denn uns wurde gesagt, dass sich in der höchsten Form von einer Beziehung der eine nur um den anderen sorgt. Doch die Tatsache ist: Die Ursachen für das Scheitern unserer Beziehungen liegen im Augenmerk, das wir auf den anderen richten, in unserer Besessenheit vom anderen. Was ist das andere Wesen? Was macht es? Was hat es? Was sagt, will, fordert, denkt, erwartet, plant es?

Die Meister haben begriffen, dass es keine Rolle spielt, was das andere Wesen ist, tut, hat, sagt, will oder fordert. Es

spielt keine Rolle, was das andere Wesen denkt, erwartet oder plant. Eine Rolle spielt nur, was wir in Beziehung dazu sind. *Die Person, die am meisten liebt, ist die, die selbstzentriert ist.*

Wenn wir unser Selbst nicht lieben können, sind wir unfähig, jemanden anderen zu lieben. Viele Menschen begehen den Fehler, die Liebe zum Selbst durch Liebe zu einem anderen zu suchen. Natürlich ist ihnen nicht klar, dass sie das tun. Es ist kein bewusstes Bemühen. Es spielt sich tief im inneren, in dem sogenannten Unterbewusstsein, ab. Diese Menschen denken: „Wenn ich nur andere lieben kann, dann werden sie mich lieben. Dann werde ich liebenswert sein, und ich kann mich lieben.“

Umgekehrt hassen sich so viele selbst, weil sie das Gefühl haben, dass es niemanden gibt, der sie liebt. Das ist eine Krankheit. Diese Menschen sind wahrhaft „liebeskrank“, denn in Wahrheit werden sie von anderen geliebt, aber das spielt für sie keine Rolle. Ganz gleich, wie viele Menschen ihnen sagen, dass sie sie lieben, es ist nie genug.

Erstens – sie glauben ihnen nicht. Sie denken, dass die anderen sie zu manipulieren versuchen – etwas zu bekommen versuchen. (Wie können die anderen sie denn lieben für das, was sie wirklich sind? Nein, da muss irgendwo ein Haken sein. Sie müssen irgendetwas wollen! Nun, und was ist es, das sie wollen?) Sie sitzen da und bemühen sich herauszufinden, wie irgendjemand dazu kommen könnte, sie tatsächlich zu lieben. Sie glauben den anderen nicht und machen sich daran, es ihnen beweisen zu lassen. Die anderen müssen beweisen, dass sie sie lieben. Und dazu verlangen sie von ihnen, dass sie ihr Verhalten ändern.

Zweitens - wenn sie es schließlich über sich bringen, den anderen glauben zu können, dass sie sie lieben, fangen sie sofort an, sich darum zu sorgen, wie lange sie sich deren Liebe erhalten können. Um sie sich zu erhalten, beginnen sie damit, ihr Verhalten zu ändern.

So können sich zwei Menschen buchstäblich in einer Beziehung verlieren. Sie gehen eine Beziehung ein in der Hoffnung, sich selbst zu finden, und verlieren sich statt dessen. Dieser Verlust des Selbst verursacht die meiste Bitterkeit in solchen Paarbeziehungen. Zwei Menschen tun sich zu einer Partnerschaft zusammen in der Hoffnung, dass das Ganze größer sein wird als die Summe seiner Teile, nur um schließlich festzustellen, dass es sich vermindert. Sie meinen, weniger zu sein, als sie es als Singles waren. Sie meinen, weniger befähigt, weniger aufregend, weniger attraktiv zu sein, weniger Freude, weniger Zufriedenheit zu empfinden und weniger Freiheiten zu besitzen. Sie empfinden es deshalb, weil sie weniger sind. Sie haben das meiste von dem, was sie sind, aufgegeben, um in ihrer Beziehung sein und bleiben zu können.

So waren Beziehungen nie gedacht. Und doch werden sie in dieser Weise von mehr Menschen erlebt, als wir diese kennenlernen könnten. Wir werden uns sicher fragen, warum ist das so? – Nun, weil Menschen den Kontakt zum Sinn und Zweck der Beziehungen verloren haben (falls ihnen ein solcher Kontakt überhaupt je vergönnt war).

Es gibt ein Gedicht, welches die wahre Beziehung zu einem Lebenspartner in wunderbarer Weise ausdrückt. Wenn wir den Inhalt dieses Gedichtes „Begegnungen“ als Bewusstsein in eine neue Beziehung mit einbringen - oder eine bestehende Beziehung damit erneuern -, haben wir einen

großen Schritt in Richtung einer funktionierenden Beziehung getan.

Ich möchte dich lieben, ohne dich einzuengen - dich wertschätzen, ohne dich zu bewerten - dich ernst nehmen, ohne mich dir aufzudrängen - dich einladen, ohne Forderungen an dich zu stellen - dir etwas schenken, ohne Erwartungen daran zu knüpfen - von dir Abschied nehmen, ohne Wesentliches versäumt zu haben - dir meine Gefühle mitteilen, ohne dich für sie verantwortlich zu machen - dich informieren, ohne dich zu belehren - dir helfen, ohne dich zu beleidigen - mich um dich kümmern, ohne dich zu verändern wollen - mich an dir freuen, so wie du bist. Wenn ich von dir das Gleiche bekommen kann, dann könnten wir uns wirklich begegnen und uns gegenseitig bereichern.

1.4 Die fünf Tugenden für eine harmonische Partnerschaft

Wie so vieles in der heutigen Zeit ist auch Partnerschaft und Beziehung zu einem problematischen Bereich unseres Lebens geworden. Kürzlich sah ich im Fernsehen einen Bericht zu dem Thema "Ist die Ehe am Ende?" ... Hintergrund dieser Frage war, ob die klassische Ehe am Ende ist – denn inzwischen wird jede zweite Ehe wieder geschieden und die Zahl der nichtehelichen Lebensgemeinschaften hat sich in den letzten 35 Jahren verzehnfacht. Egal ob Mann oder Frau – fast jeder träumt von einem Partner, den er liebt und an den man sich anschmiegen kann. Selbstverständlich wird damit der Wunsch verbunden, dass diese Liebe auch erwidert wird. Ist dies der Fall, dann wird diese Liebe in der Regel mit dem Bund der Ehe besiegelt und beide Partner wünschen und erwarten dauerhaftes Glück. Doch dieser

Wunsch geht in den wenigsten Fällen in Erfüllung. Untersuchungen zeigen auf, dass heutzutage der Trend weg führt von der dauerhaften Liebe, hin zur Liebe auf Zeit.

Wenn wir uns den derzeitigen Zustand von Partnerschaften und Ehen anschauen, werden wir feststellen, dass entsprechend der heutigen Lebensweise, den meisten Menschen das Fundament der wahren Liebe fehlt, viele wertvolle Tugenden verloren gegangen sind oder gar nicht kennen – Gründe, warum sich immer schneller und häufiger Trennungsgründe bilden, die dann auch umgesetzt werden. Ist der Traum von einer dauerhaften evtl. sogar lebenslangen Liebe ausgeträumt? Die Zahlen jedenfalls sprechen dafür. Immer weniger Paare heiraten und immer mehr lassen sich scheiden. Es geht ja auch so einfach. War eine Scheidung früher langwierig und kompliziert, so fällt heute das Lebewohl sehr viel leichter.

Und dennoch soll es sie immer noch geben bzw. gibt es sie noch - glückliche Paare, die ihren Lebensweg für immer teilen. Aber ist dies nur das Privileg weniger Menschen, oder könnten darunter nicht auch viele Ehen sein, die sich kurzerhand haben scheiden lassen? Sicher gab es Ehen und gibt es sie immer noch, bei denen das Fundament der zwischenmenschlichen Liebe nicht oder nicht ausreichend vorhanden war und die ihre Ehe zu Recht mit den Worten „besser ein Ende mit Schrecken, als ein Schrecken ohne Ende“ wieder aufgelöst haben. Mal abgesehen davon mag es aber viele Ehe gegeben haben, deren Entwicklung einen anderen Verlauf hätte nehmen können, wenn deren Partnerschaft von beiden Partnern mit dem richtigen Bewusstsein betrachtet und gelebt worden wäre. Dazu gehört, dass man der Partnerschaft nicht gleichgültig gegenübersteht und als selbstverständlich funktionierend

betrachtet – sondern seinen Partner oder seine Partnerin jeden Tag wieder neu erwählt. Hierzu mögen folgende 5 Tugenden das rechte Bewusstsein fördern und die Umsetzung ins Leben gelingen lassen.

Gegründet auf dem Fundament der Liebe, werden wir eine wahrhaft harmonische und dauerhafte Partnerschaft erleben, wenn wir uns bemühen nach folgenden 5 Tugenden zu leben: „*freudig, liebend, akzeptierend, segnend und dankbar*“. Wenn wir zu jeder Tugend das rechte Verständnis erlangt haben, jede Tugend tief in uns aufgenommen haben und täglich in unserem Leben anwenden, werden wir eine intensive und harmonische Partnerschaft erlangen und erleben.

Tugend 1: „freudig“

Genießen wir freudig jeden Augenblick unseres Lebens und erleben mit Freuden die wunderbare Schöpfung unseres Seins auf dieser Erde. Teilen wir diese Freude mit unserem Partner und erkennen, welch wunderbare Grundlage uns Gott zu diesem Leben und dieser Partnerschaft geschaffen hat. In Verbindung und Ergänzung mit unserem Partner können wir alles sein, tun und haben, was immer wir uns vorstellen und erwählen. Lassen wir im Bezug dazu nicht zu, dass sich in unserer Partnerschaft das Bewusstsein von Mangel, Einschränkung und Verpflichtung bemerkbar macht, angewandt wird und sich festsetzt. Denken wir im Bezug zu unserer wunderbar göttlichen Partnerschaft nicht an ein Ende und fürchten im Bezug dazu auch nicht den Tod. Leben wir unbeschwert das gemeinsame Leben in dem Bewusstsein, das wir uns vor nichts sorgen oder fürchten müssen. Genießen wir einfach freudig jeden gemeinsamen Augenblick mit unserem Partner, ohne etwas tun zu müssen oder zu brauchen. Bringen wir aber in unser gemeinsames

Leben so viel Aktivitäten und Lebensumstände wie eben möglich hinein, die uns gemeinsam viel Freude und Spaß bereiten.

Tugend 2: „liebend“

Wenn wir Gott - der alles ist, was ist und wir alle ein Teil von ihm sind - von ganzem Herzen, von ganzer Seele und von ganzem Gemüte lieben (Auszug aus der Bibel), dann lieben wir auch uns selbst. Folglich lieben wir alles, was ist und erst recht unseren erwählten Partner wie uns selbst. Somit ist die Tugend „liebend“ die größte und wichtigste Tugend. Lieben zu können, ist ein Seinszustand, der uns bewusst werden lässt, wer-wir-sind. Wer wirklich tief und innig seinen Partner liebt, braucht von ihm nichts und erwartet auch nichts von ihm im Leben - er genießt aber alle Zuwendungen und Dinge, die er von ihm erhält oder sich durch ihm ergeben und erfreut sich daran. Das Leben in Verbindung mit seinem Partner zu lieben, mit all seinen Facetten und Möglichkeiten, die eine Partnerschaft bietet bzw. durch eine Partnerschaft ermöglicht wird, das ist wahres göttlich gegebenes Leben. Das wahre Leben in Verbindung mit einer wahrhaften Partnerschaft kann nur gelebt werden, wenn es von uns geliebt wird. Das funktioniert aber nicht, wenn wir im Bezug zu unserer Partnerschaft etwas in unserem Leben sind, tun oder haben, was wir nicht mögen, unser Leben und unsere Partnerschaft mit Sorgen und Grämen belasten, oder mit Verpflichtungen und Beschränkungen einschränken lassen. Indem wir aber erkennen und wissen, wer-wir-sind und was-unser-Partner-für-uns-ist, werden wir bemüht sein, nicht einen Tag damit zu vergeuden und lieben und akzeptieren daher alles was sich in unserem Leben und unserer Partnerschaft an neuen Varianten und Erfahrungen bietet. Jeder neue Tag ist eine neue Schöpfung unseres Selbst und unserer Partnerschaft, und bietet uns die Möglichkeit, das zu

werden bzw. zu dem zu werden, was wir-sein-wollen. Ist eine Partnerschaft nicht eine wunderbar, vollkommene und göttliche Einrichtung, die man nur lieben kann? Also lasset uns unseren Partner, unsere Partnerschaft und das Leben lieben!

Tugend 3: „akzeptierend“

Lieben und akzeptieren wir unseren Partner so, wie er ist, wie er handelt und wie er denkt – es ist sein erwähltes Sein des Lebens. Indem wir das tun, lernen wir auch jedes Lebewesen und jede Lebensform so zu akzeptieren wie „es“ oder „sie“ ist. Erkennen wir in dem Bestehenden und Vorhandenen unseres Partners „die Einzigartigkeit“ und trachten nicht danach, unseren Partner verändern zu müssen oder zu wollen. In unserem gemeinsamen spirituellen Leben, gibt es kein wirkliches „richtig“ und „falsch“, sondern nur eine Bewusstheit zu unserem eigenen Leben, die Dinge in ein gewisses Maß oder Verhältnis als richtig oder falsch zu betrachten. Somit ist uns Partner weder „richtig“ noch „falsch“, sondern ist so, weil es Ausdruck seiner erwählten Persönlichkeit ist – und verhält sich auch dem entsprechend. Dieses Recht, oder dieses Bewusstsein, steht gleichwertig mir selbst und auch meinem Partner zu, da nur über diesen Weg des erwählten eigenen Lebens, eigene Erfahrungen gemacht werden können. Wenn wir wissen, dass wir mit unserem Partner eins sind, fällt es uns auch nicht schwer, das Leben unseres Partners in seinem „Sein, Tun und Haben“ so zu akzeptieren, wie es ist.

Tugend 4: „segnend“

Akzeptieren und segnen wir jeden Tag unseres Lebens und das Leben unseres Partners. Indem wir das tun, akzeptieren und segnen wir auch das Leben unserer Mitmenschen, jedes Lebewesen und jede Lebensform auf diesem Planeten, da

alles Miteinander untrennbar verknüpft ist. Wenn wir unseren Partner als ein Teil von uns erkennen, ihn lieben und deren Lebensweise akzeptieren, dann werden wir auch sein erwähltes Sein, Tun und Haben segnen. Segnen im Bezug zu unserem Partner bedeutet: bei allen Erwählungen seines Sein, Tun und Haben, ihm gutes Gelingen und Erfolg, Vermehrung und Reichtum sowie Zufriedenheit und Frieden zu wünschen.

Tugend 5: „dankbar“

Sein wir dankbar für alle Erfahrungen, die wir selbst und mit unserem Partner bisher gemacht haben – auch für die augenscheinlich nicht so guten Erfahrungen. Freuen wir uns auf neue Erfahrungen, und sind dankbar, dass wir sie mit unserem Partner machen dürfen. Denken wir dabei immer daran, wir machen im Bezug zu unserem Partner und unserer Partnerschaft mit dem richtigen Bewusstsein keine Fehler – wir machen nur Erfahrungen. Es gibt schon den Spruch: „Dankbarkeit ist der Schlüssel zum Wohltäter“. Wenn wir im Bezug zu unserem erwählten Partner dankbar sind, preisen wir das Werk unseres Wohltäters, nämlich Gott und den Teil von ihm: unsere Seele und die Seele unseres Partners. Wer sein erwähltes Leben und das gemeinsame Leben der erwählten Partnerschaft immer aus dem Blickwinkel der Dankbarkeit betrachten kann, wird große Zufriedenheit empfinden. Dankbarkeit kommt aus der Zufriedenheit: Zufrieden zu sein, mit dem Partner und der Partnerschaft seiner Erwählung und nicht nach einem anderen Partner oder einer anderen Partnerschaft zu trachten. Dankbarkeit schafft eine besondere Sehensweise, die uns unseren Partner und alle Dinge im Leben mit Zufriedenheit betrachten lassen.

Der Schlüssel zu einem wahren bewussten Leben, zu einer wahrhaft harmonischen Partnerschaft und zu allen weiteren Beziehungen des Lebens, liegt in diesen 5 Tugenden, da sie das Göttliche bzw. Gott verkörpern. Wenn wir uns also fragen sollten, wie Gott wohl denkt oder empfindet, dann erhalten wir über diese 5 Tugenden die Antwort. Wenn wir uns die 5 Tugenden aber genau betrachten, ist die eine Tugend unmittelbar mit der anderen verknüpft. Es gibt in Wahrheit nur eine wahre göttliche Gesamt-Tugend, und die ist „liebend“ oder „die Liebe“. Denn wer wirklich und wahrhaftig seinen Partner „liebt“, der bezieht alle weiteren 4 Tugenden unwillkürlich und unabwendbar in die Partnerschaft mit ein.

Wenn ein Mensch sagt, dass er seinen Partner liebt, ihn aber in seinem Sein, Tun oder Haben nicht akzeptiert, der liebt diesen Partner nicht wirklich. Wenn dieser Mensch nicht dankbar auf seine Partnerschaft zurückschauen und seine jetzige Partnerschaft nicht dankbar betrachten kann, der liebt seinen Partner und die Partnerschaft nicht wirklich. Diesem Menschen wird es zudem schwer fallen, seinen Partner und seine Partnerschaft zu segnen. Wenn ein Mensch seinen Partner und seiner Partnerschaft nicht genügend liebend, akzeptierend, dankbar und segnend gegenübersteht, dem wird es ebenso unmöglich sein, mit seinem Partner freudig durchs Leben zu wandeln. So ist eine Tugend mit der anderen verbunden. Nur wer im Bezug zu seinem Partner und seiner Partnerschaft alle Tugenden anwendet und einbezieht, lebt und erlebt eine wahrhaft harmonische Partnerschaft.

Der einfachste Weg alle 5 Tugenden bewusst in unsere Partnerschaft einzubeziehen und danach zu leben, ist der, dass wir die Liebe zu unserem Partner als Fundament in die

Partnerschaft mit einbringen. Mit der Liebe als Fundament, übernehmen und verkörpern wir automatisch auch alle weiteren 4 Tugenden.

1.5 Das Phänomen der Liebe

Eine Erklärung vorweg: Wir können alles Sein, Tun und Haben, was immer wir uns in diesem Leben wünschen und erwählen. Aber *die Liebe ist das göttlichste, das größte, das wunderbarste, das erstrebenswerte und das wertvollste, das wir Menschen in unserem Leben empfinden, erfahren und erleben können* - und daher ist die Liebe auch das göttlichste, das größte, das wunderbarste, das erstrebenswerteste und das wertvollste über das dieses Buch auf spiritueller Ebene berichten und als Wegweiser zu einer neuen bewussten Lebensweise hinweisen kann. Liebe beinhaltet alles – und brauch daher nichts!

Vielleicht ist die Bedeutung der Liebe, eines der größten Phänomene, denen wir Menschen ausgesetzt sind. Was ist Liebe? ... Ist die Liebe überhaupt erklärbar? Gibt es eine allgemeingültige Beschreibung oder einen allgemeingültigen Begriff über die Liebe? Bedauerlicherweise verbinden die meisten Menschen mit dem Begriff „Liebe“ auch „Sexualität“. Es ist eine Tatsache, die sich schon daran erkennen lässt, dass wir in einer Buchhandlung viele Bücher zum Thema „Sexualität“ aber wenige Bücher zum Thema „Liebe“ finden. Liebe und Sexualität sind aber zwei verschiedene Bereiche, die nicht unbedingt zusammengehören und daher nicht miteinander verwechselt werden dürfen. Denn Sexualität ist ohne Liebe möglich und Liebe kann sich ohne Sexualität entfalten. Aber was ist nun wirklich „Liebe“?

Ich habe vor etlichen Jahren ein Buch von einem Psychologen zu diesem Thema gelesen, der sich schon über zwanzig Jahre mit dem Phänomen „Liebe“ beschäftigt hat - deren Erkenntnisse größtenteils in diesem Kapitel übernommen wurden. Dieser Psychologe hatte schon während seines Studiums feststellen müssen, dass das Thema „Liebe“ nicht Inhalt des Studiums war. Seiner Aussage nach liegt es daran, dass man die Liebe nicht experimentell untersuchen kann und demzufolge auch kaum Erkenntnisse darüber bestehen. Die Liebe lässt sich nicht messen, testen, quantitativ erfassen oder per Computer berechnen. Auch wenn sie sich nicht messen lässt, so ist die Liebe doch existent und man kann sie auch untersuchen – allerdings nicht mit sogenannten wissenschaftlichen Untersuchungen. Über die Liebe muss man nachdenken, man muss sie fühlen und erfahren.

In der Psychologie versucht man den Menschen auf der Seelenebene zu helfen. Man versucht, Ängste abzubauen, Selbstbewusstsein aufzubauen, Selbstvertrauen zu stärken, innere Ruhe und Frieden zu vermitteln und Lebensmut und Lebensfreude zu erzeugen. Im Zusammenhang dazu ist der Mensch mit folgenden Fragen konfrontiert: Wie soll ich leben? Wie kann ich glücklicher werden? Warum bin ich depressiv? Warum werde ich nicht akzeptiert? Wie kann ich angstfreier und gelassener werden? Wie baue ich Spannungen ab? Wie kann ich freier werden? Wie ist das alles zu ermöglichen? Gibt es ein Rezept, das alle diese Probleme beseitigt? ... Ja! ... Es ist die „Liebe“!

Liebe ist Ausdruck des Göttlichen, die in unserer Seele vorhanden ist. Wenn wir unserer Seele mehr Ausdruck in unserem Leben ermöglichen, bedeutet das auch gleichzeitig, dass wir mehr Dinge im Leben lieben – und somit das Leben

in seiner Ganzheit lieben werden. Liebe ist ein Allheilmittel, denn es baut Ängste ab, stellt ein seelisches Gleichgewicht im Leben her, vermittelt innere Ruhe und Frieden, erzeugt Lebensmut und Lebensfreude und stärkt das Selbstbewusstsein und das Selbstvertrauen. Liebe lässt unsere wahre göttliche Identität wahrnehmen und führt uns zu dem Bewusstsein dessen, wer-wir-wirklich-sind. Lässt uns erkennen, dass wir „göttlich“ sind. Wenn wir dieses Bewusstsein annehmen, lieben wir das „Göttliche“, lieben wir uns selbst und lieben auch alles, was ist. Wir sind innerlich zentriert und lieben alles so, wie es ist. Wir verlangen nichts mehr im Leben und haben keine Bedürfnisse mehr – wir genießen einfach alles, aber brauchen nichts.

Als Gott - der alles ist, was ist -, unsere Welt (unser Universum) geschaffen hat, war das Ausdruck seiner Liebe zu sich selbst, seiner Liebe zur Schöpfung und des Erschaffens und seiner Liebe zu dem Erschaffenen. Das ist die wahre und vollkommene Liebe – die Liebe, die es für uns zu erfahren gilt. Wir werden unser Leben als Ausdruck dieser Liebe erfahren, wenn wir das Göttliche und somit uns selbst lieben, wenn wir unsere selbst erwählten Erfahrungen (Schöpfungen) lieben und wenn wir alles lieben, was wir als Schöpfung in unserer Welt wahrnehmen und erleben.

Liebe ist ein Gefühl der Seele und keine Sache des Verstandes. Wir können noch so viel über Liebe lesen, schreiben oder nachdenken, wenn es nur über den Verstand und das Denken aufgenommen wird, bleibt es ohne Wert. Wenn wir nicht nach innen gehen - Zugang zu unserer Seele suchen und damit die Liebe erfahren –, gehen wir leer aus. Deshalb ist es so wichtig, dass wir ein richtiges Verständnis zur Liebe erlangen und die Liebe in ihrer Ganzheit in

unserem Leben erfahren. In dem Kapitel „Sexualität und Liebe“ habe ich noch einiges zu den Irrmeinungen und Mythen über die Sexualität in Verbindung zur Liebe geschrieben. Dieses Kapitel erweitert diesen Bereich und dient dazu, mit den vielen Irrmeinungen aufzuräumen, die mit der Liebe verbunden sind.

Liebe im Alter

Es scheint eine allgemein verbreitete Meinung zu sein, das Verliebtsein, Liebe und Sexualität eine Sache der Jugend sei und allenfalls bis zum vierzigsten oder fünfzigsten Lebensjahr eine Rolle spielt. Das ist natürlich falsch, denn Verliebtsein und Liebe sind grundsätzlich an kein Alter gebunden. Liebe ist etwas ewig Göttliches und an keine Zeit noch an ein Alter gebunden. Dennoch ist für viele Menschen die Liebe in der Jugend anders als im Alter. In der Jugend entdecken wir die Liebe erstmalig als etwas wunderbares Neues. Die Liebesfähigkeit zum anderen Geschlecht beginnt sich zu entfalten und sowohl Liebe als auch Sexualität werden besonders stark empfunden.

Die Intensität der Empfindungen zur Liebe und Sexualität, die in der Jugend noch sehr stark ist, schwächt in der Regel mit zunehmendem Alter ab. Dies ist ein bedauerlicher Umstand, da die meisten Menschen sich in eine feste Partnerschaft begeben, in der die Liebe abstumpft und die Sexualität zu einer Gewohnheit wird. Dennoch halten wir Menschen an der Partnerschaft mit der resignierenden Meinung fest, dass das eben der Lauf des Lebens sei.

Ist nun die Liebe eine physische Energie, die sich entfaltet oder abstumpft? Die Liebesfähigkeit ist die Fähigkeit, sich selbst und die Welt um einen herum mit wachen Sinnen

positiv wahrzunehmen. Diese Fähigkeit des Menschen, die Voraussetzung für eine spätere partnerschaftliche Beziehung ist, wird schon in der früher Kindheit und Jugendzeit entwickelt – also bevor die Sexualität eine bedeutende Rolle spielt. Kinder gebrauchen noch ihre Sinne, über die sie die Liebe zu allen Dingen des Lebens wahrnehmen. Kinder leben noch im Einklang mit allem-was-ist – und erleben sich so selbst alles dessen, was-es-ist. Die wahre Liebe – die göttliche Liebe, die sich zu allen Dingen des Lebens äußert, entwickelt sich über die sinnliche Erfahrung. Würden diese Erfahrungen ausbleiben, wäre die Sensitivität unterentwickelt. Es könnte später die Liebe zu einem Partner und zur Sexualität nicht in ihrer ganzen Reichhaltigkeit entfaltet werden und die Sexualität wäre auf eine sachliche Triebfunktion beschränkt.

Die Liebeserfahrungen und die Liebesentwicklungen finden bei uns Menschen in den frühen Jahren statt und werden mit der ganzen Breite der Sinne erlebt, weil noch die Sensitivität der Kindheit einfließt. Im Verlauf unseres Lebens werden wir Menschen durch Prägung unseres alltäglichen Lebens – insbesondere in den Industriegesellschaften – von Jahr zu Jahr immer unsensitiver. Die Liebe zu unserem Leben – deren Ausdruck sich in dem Zugang zu unserer Seele wiederfindet - erblasst. Wir gehen eher aus Verpflichtung unserer täglichen Arbeit nach und stumpfen dadurch immer mehr ab.

Als erwachsener Mensch in unserer Gesellschaft werden wir von unseren Sinnen und damit von unseren Seelenleben entfremdet. Unser Leben wird mehr durch die Funktionen unseres Körpers und unseres Geistes bestimmt, denn was nun zählt, sind Intellekt, Sachlichkeit, Leistung und Erfolg. Gefühle und Emotionen sind in dieser Form des Lebens eher

störend und werden daher abgewertet und verdrängt. Der Geist des erwachsenen und berufstätigen Menschen ist voll von Gedanken an Geld, Konsum und Erfolg. Alles kreist um den eigenen Status, um Konkurrenz zu anderen, um Vermögen, Kranken- und Altersversicherung, um Erziehung der Kinder zur Leistung, um Sicherheit der Kinder und deren und unserer Zukunft. Wenn unser Geist voll ist mit diesen Inhalten, wird die Sensitivität von Wahrnehmungen und die damit verbundene Liebe vernachlässigt und beiseitegeschoben. Der sensitive, liebende Kontakt geht nach und nach zu uns selbst, zu allen Dingen unseres Lebens und zu unserem Partner verloren. Nicht Liebe, sondern Aufgaben und Pflichten bestimmen unser Leben. Wir Menschen spüren, dass wir mehr und mehr unsere Lebendigkeit verlieren, dass unsere Liebesfähigkeit und der Kontakt zu unserer Seele sterben. Die Folge davon ist, dass wir darüber immer bitterer und verhärteter werden. Deshalb ist die Liebe im Alter anders als in der Jugend. Mit zunehmendem Alter sind viele Menschen nicht mehr fähig, aufgrund ihrer Stumpfheit sensitiv wahrzunehmen und so ist für Verliebtsein und Liebe kein Platz mehr. Die Liebesfähigkeit lässt nach bzw. hat nachgelassen, weil die Unfähigkeit zugenommen hat, mit den Sinnen neu und frisch wahrzunehmen.

Das Nachlassen der Liebesfähigkeit mit zunehmendem Alter ist zwar weitläufig der Fall, aber es ist kein natürlicher und unvermeidlicher Alterungsprozess. Was fehlte bzw. noch fehlt, ist die richtige Lebenseinstellung und Lebensweise – die wir, wann immer wir es möchten, wieder neu entdecken und neu erfahren können. Ein Sechzigjähriger (Sechzigjährige), der sensitiv ist, der seine Umwelt aufmerksam mit positiver Einstellung zugewandt ist und täglich sich selbst und andere mit neuen Augen wahrnimmt,

ist selbstverständlich genauso liebesfähig wie ein Jugendlicher – denn die Seele, die Grundlage der Liebesfähigkeit ist, lebt ewig und altert nie. Wir sind so jung, wie wir unsere Seele meditativ und sensitiv wahrnehmen. Deshalb muss die Liebe im Alter nicht anders sein als in der Jugend. Sie kann genauso frisch, intensiv und beglückend sein wie in der Jugend.

Es ist leider bedauerlich und schade, dass viele Menschen im Alter so stumpf, bitter und liebesunfähig sind – denn irgendwann einmal, haben doch auch sie das Glück gesucht. Warum konnten sie es nicht finden? Warum haben sie verloren? Warum sind sie im Bezug zum Seelenleben nicht mehr jung geblieben? Sie sind die falschen Wege gegangen und haben sich verlaufen. Sie haben geglaubt, das Glück durch Sicherheit und Leistung zu finden und das Sensitivität nicht wichtig wäre. Sie wurden von niemanden richtig aufgeklärt und gingen deshalb den üblichen Weg der Abstumpfung, der Sicherheit und der Langeweile.

Doch - es ist noch nicht zu spät für Sensitivität, für Seelenleben und für die Liebe! Dazu ist nur erforderlich, dass wir unser Leben bewusster und nach innen gerichtet leben – losgelöst von allen materiellen Bedürfnissen und gegen den Strom der Mehrheit der Menschen. Wir werden damit den Zugang zu unserer Seele herstellen und die Liebe erfahren.

Die „wahre Liebe“

Die Liebe ist ein konstanter Begleiter des Menschen - bewusst oder unbewusst. Da die Liebe Ausdruck der göttlichen Seele ist - die in jedem Menschen vorhanden ist -, und die Seele unsterblich ist, ist also auch die Liebe

unsterblich und währt ewig. Das Leben eines Menschen in seiner Gesamtheit verläuft erst dann voller Glück und Zufriedenheit, wenn er sich dieser immerwährenden Liebe bewusst ist, sie in seinem Leben bewusst aufnimmt und auch bewusst danach lebt.

Mit diesem Kapitel soll aber insbesondere auf die Liebe zwischen zwei Partnern hingewiesen werden. Im Bezug dazu ist mit dem Begriff „große Liebe“ eine Verbindung gemeint, die aufgrund ihrer Stärke ein ganzes Leben andauert. Diese große Liebe ist zwar auch Schwankungen unterworfen, aber kann nie zerstört werden. Diese „große Liebe“ ist nach allgemeiner Auffassung ein schicksalhaftes Ereignis, das dem Menschen begegnet und wegen seiner Größe und Gewaltigkeit ewig - ein ganzes Leben - dauert. Das ist natürlich nur ein Mythos, denn jeder Mensch ist für sein Leben und somit auch für seine Liebe selbst verantwortlich. Und das bezieht sich sowohl auf die Größe (Intensität) als auch auf die Dauer.

Eine „große Liebe“ - zu der besser der Begriff eine „intensive Liebe“ passt -, kann kurz andauern und kann als abgestorbene Beziehung in der Institution Ehe lebenslang bestehen. Aber kann eine intensive, ehrliche und bewegende Liebe lange andauern - vielleicht sogar ein Leben lang - ohne nachzulassen? Das ist eine Frage, die sehr vielen Menschen beschäftigt, zumal die Liebe aufgrund unserer Ehegesetze lange halten sollte. Es lebt sich nun einmal in einer lebenslangen Ehe besser mit der Liebe als ohne Liebe. Würde die Liebe schnell vergehen, dann stünde das im Gegensatz zu der Absicht, eine Ehe auf Lebenszeit abzuschließen. Somit gehen Ehepaare mit der Hoffnung in die Ehe, dass die zueinander empfundene Liebe ein Leben hält. Manche gehen sogar den Bund der Ehe ein, mit der

Vorstellung und Hoffnung, dass sich die Liebe zum anderen Partner noch entwickelt und dann bis ins hohe Alter andauert.

Da Liebe ein Empfinden ist, das aus dem Augenblick heraus und in einer bestimmten Situation entsteht - wir also nicht besitzen und nicht festhalten können -, können wir auch unseren geliebten Partner nicht festhalten oder gar besitzen. In unserer besitzorientierten Gesellschaft ist Besitz etwas verständliches und erstrebenswertes, was sich aber nicht auf die Liebe umsetzen lässt. Im Gegenteil: Wenn wir Liebe besitzen wollen, gerät sie in Gefahr. Wenn wir die Liebe besitzen wollen, können wir sie nicht mehr geduldig und frei betrachten, unser Blick ist verkrampft und getrübt und unsere Sinne verlieren an unvoreingenommener Aufnahmefähigkeit. Wenn es uns also wirklich um die Liebe geht – und wann geht es uns in unserer Konsumgesellschaft wirklich nur um die Liebe und um sonst nichts? – sollten wir nicht besitzen wollen und sollten wir uns auch keine Gedanken um die Dauer der Liebe machen. Die wahre Liebe entfaltet sich im Augenblick wie der Duft einer Blume. Wenn wir fixiert sind auf diese Blume, wird der Duft ganz sicher sterben. Sind wir aber mit dem Augenblick zufrieden und nehmen ihn mit all unseren Sinnen auf, dann wird sich dieser Augenblick wiederholen lassen - ohne das wir auf eine Wiederholung aus sind.

Die Liebe zu einem Mitmenschen ist gefährdet, wenn wir unreif sind in unserem Verlangen und wenn dieselbe Unreife von diesem Mitmenschen noch hinzukommt. Wenn wir uns jedoch dem Leben und unseren Mitmenschen mit unseren Sinnen offen und frei zuwenden und nicht gierig, besitzdenkend, ängstlich und sicherheitsorientiert sind, dann kann sich täglich neu die Liebe entfalten. Mit dieser Haltung

kann sich die Liebe gegenüber einem bestimmten Mitmenschen entfalten – sie muss es jedoch nicht, denn unsere Offenheit zur Liebe schließt auch das mit ein und giert nicht nach einer Erwidern und einer Wiederholung. Unsere Liebe zum Leben und zu unseren Mitmenschen ist stets auf den Augenblick eingestellt und offenbart sich in der Schönheit aber auch der Hässlichkeit des heute und nicht der von gestern. Wenn wir nach dem Gestern schauen, leben wir nicht wirklich sensitiv in der Gegenwart. Unsere Liebesfähigkeit ist dann unterbrochen und übergegangen in Gedanken an Sicherheit, Festhalten, Pflicht und Treue. Das sind alles Dinge und Empfindungen, die mit der Liebe nichts zu tun haben. Wer z. B. Treue sucht, dem bedeutet Treue mehr als Liebe und sollte deshalb auch von Treue reden und nicht von Liebe.

Wirkliche Liebe entfaltet sich in einem Augenblick - und dieser Augenblick der tief empfundenen Liebe enthält die göttliche Ewigkeit. Liebe ist göttlich und währt ewig. Aber mit der „ewigen Liebe zu ein und dem denselben Partner“, ist etwas anderes gemeint. Diese Liebe gibt es nur von Augenblick zu Augenblick – wobei jeder Augenblick anders ist. Diese Liebe kann deshalb nur ein Leben dauern, wenn sich beide Partner immer wieder neu entdecken und begegnen können.

Liebe ein Ereignis des Schicksal?

Die Mythologie der Liebe kommt besonders deutlich zum Ausdruck, durch die Schicksalsgläubigkeit. Viele Jugendliche erwarten von der Liebe eine schicksalhafte Begegnung mit einem Menschen, mit dem sie dann das ganze Leben verbringen möchten. Viele ältere Menschen mit langjähriger Eheerfahrung glauben, dass ihnen das Schicksal den

„richtigen“ oder „falschen“ Partner beschert hat. Dazu sollte uns vielleicht noch einmal gesagt werden, dass es keine schicksalhaften Ereignisse in unserem Leben gibt – weder im Bezug zur Liebe noch zu allen anderen Dingen des Lebens. Aber wie in allen Dingen unseres Lebens, gibt es bewusste Erwählungen - und die mag es auch im Bezug zur Erwählung einer langjährigen oder sogar lebenslangen Beziehung geben.

Die Schicksalsgläubigkeit einiger Menschen ist mit dem Glauben an den „einen Partner“ verbunden, der zu einem passt wie der Schlüssel ins Schloss. Diese Menschen suchen den einen Partner, der für sie bestimmt ist - und das ist dann die große Liebe. Sie sind der Meinung, wenn sie diesen Menschen begegnen, wissen sie sofort, dass ist „Er“ oder „Sie“. Ein großer Teil der Menschen glaubt an dieser schicksalhaften Bestimmung füreinander und fast jeder sucht mehr oder weniger unbewusst nach einer solchen Begegnung. Das ist aber kein Wunder, da wir Menschen von Kindheit auf an durch Informationen unserer Eltern, durch Romane, durch Filme und durch Illustrierten auf diesen Gedanken „der großen, schicksalhaften Liebe“ hingewiesen werden.

Mit diesem Gedanken wird erst dann Schluss sein, wenn wir bereit sind, intensiver über die Liebe nachzudenken. Dazu muss uns zuvor klarsein, dass Liebe nicht etwas ist, das schicksalhaft über uns Menschen hereinbricht als ein Ereignis, das von außen kommt und dem wir willenlos ausgeliefert sind. Liebe ist immer eine Frage der Bereitschaft. Das bedeutet, dass wir offen und aufgeschlossen sein müssen, den anderen Menschen, den wir begegnen, in uns aufzunehmen und dass wir dazu bereit sein müssen, ihn zu lieben. Fehlt diese Bereitschaft, weil wir zum Beispiel

zurzeit in einen anderen Menschen verliebt sind, dann entsteht aus einer Begegnung nichts weiter als eine Begegnung. Die Bereitschaft, sich zu verlieben, erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass bei einer Begegnung mit einem anderen Menschen eine „Verliebtheit“ entsteht.

Wenn wir der Tatsache ins Auge blicken, dass es die eine große Liebe nicht gibt, werden wir nicht länger nach ihr suchen und auch nicht auf sie warten. Unter der Voraussetzung, dass wir Menschen liebesfähig sind und die Bereitschaft zur Liebe besitzen, wird es für uns leicht sein sich zu verlieben. Diese Verliebtheit wird in der Regel auch immer gleich empfunden. In puncto Intensität und Größe wird hier auch von den meisten kein Bewertungsunterschied gemacht. Das Stadium der „Verliebtheit ist ein Empfinden der Seele“, ist ein wahrhaft göttlicher Zustand und immer himmlisch schön und inspirierend. Wir betrachten das Leben um uns herum durch eine rosarote Brille und schweben auf einer rosaroten Wolke durchs Leben. Wir genießen jeden Augenblick und jeder Umstand des Lebens, fühlen uns gelöst und frei von irdischen Belangen und Verlangen und brauchen nichts Weiteres.

Erst wenn die sexuelle Intimität hinzukommt und wir voneinander mehr erfahren, verändert sich diese Bewertung. Dann setzen andere Bewusstseins Ebenen unseres Menschsein sein. Unser Körperbewusstsein fragt nach sexueller Übereinstimmung und unser Geistesbewusstsein (unser Verstand) macht sich Gedanken über sozialen Status, Beruf, Lebensphilosophie, Bildung und Geld. Doch diese Empfindungen und Überlegungen haben nichts mehr mit Liebe zu tun. Hierbei geht es allenfalls um die Frage: Wollen wir mit diesem Menschen eine Partnerschaft eingehen und eventuell eine Ehe gründen? Unser Verstand stellt sich die

Frage, ob es sich hierbei um die „große Liebe“ handelt. Das diese Frage nichts mit Liebe zu tun hat, sollte uns klar sein – sie ist eine Testfrage, bei der andere Faktoren als die Liebe ins Spiel betrachtet werden. Geht der Test positiv aus, sind wir also mit Status, Beruf, Einkommen, Lebensphilosophie und Lebensstil des Partners einverstanden, sind wir bereit, die Liebe sich weiter entfalten zu lassen. Geht der Test jedoch negativ aus, überwiegen also unsere Bedenken, betrachten wir die Beziehung kritischer – gibt es im Bezug dazu schon Streitigkeiten – dann war es eben nicht die große Liebe.

Nun wird sicher manch einer den Einwand bringen, dass es dennoch die ganz große Liebe und Leidenschaft gibt, die sich über Status, Bildung usw. hinwegsetzt. Beispiele wie Adliger heiratet Bürgerliche oder Industrieller heiratet Arbeitertochter, werden dazu aufgeführt. Auf dieser Grundlage basieren die meisten spannenden Liebesromane und Liebesfilme, die uns als wunderschöne Geschichten vermittelt werden und in denen die Liebe über den Verstand siegt. So möchte wahrlich jeder geliebt werden, gegen alle widrigen Umstände, alle Grenzen der Bildung und Nationalität überschreitend, nur um seiner selbst willen – das ist dann die wirklich „große Liebe“. Aller Ironie zum Trotz wäre das tatsächlich „eine große Liebe“, in der nur die Liebe zählt und sonst nichts. So stellt sich jeder die Liebe vor und so sollte sie auch sein. Aber weil dies so selten geschieht, fühlen wir Menschen uns von so einem Ereignis magisch angezogen. Dies ist einer der wenigen Augenblicke wo wir Zugang zu unserer Seele aufnehmen und unser Seelenempfinden zulassen. Wir lassen unseren emotionalen Seelenempfindungen völlig freien Lauf, unsere innere Verhärtung bricht für kurze Zeit auf und Tränen des mitempfindenen Glücks laufen über unsere Wangen. Wir

können nachvollziehen, was es heißt, zu lieben und geliebt zu werden.

Für den sich in der Realität bewegendem Menschen ist aber eine Barriere vorhanden, die im Roman und Film meist ausgespart bleibt. Ein wirklich liebesfähiger Mensch, für den nur die Liebe zählt und der sich mit Bereitschaft und Offenheit anderen Menschen zuwendet, ist nicht treu – und schon gar nicht ein Leben lang. Treue wird von uns Menschen aber als unumstößliche Tugend erwartet. Ein guter Mensch hat treu zu sein – auch wenn das dem Gesetz der wahren Liebe und der Spiritualität widerspricht. Nur ein Leben in völliger Freiheit entspricht dem wahren göttlichen Leben. Wahrhaft liebende Menschen, bleiben der Liebe treu, da es für sie wichtiger ist zu lieben als treu zu sein. Liebesfähige Menschen können zwar immer wieder denselben Menschen lieben, aber würden es nicht verstehen, warum sie nicht gleichzeitig noch andere Menschen lieben dürfen. Wenn wir Menschen die Natur und die Tiere lieben, so würden wir es ja auch eigenartig, oder sogar krankhaft empfinden, wenn wir ein ganzes Leben lang nur einen Baum, eine Landschaft oder ein Tier lieben – womit nicht Vorlieben gemeint sind. Wir würden das als zwanghafte Fixierung ansehen. Bei der Liebe zum anderen Geschlecht gilt diese zwanghafte Fixierung jedoch nicht als Krankheit, sondern als eine große schicksalhafte Liebe. So wird dies allgemein von uns Menschen gesehen, geglaubt und erhofft. Welch ein gigantischer Selbstbetrug.

Aber warum unterliegen wir diesem Selbstbetrug. Es ist die Angst, nicht genügend geliebt und verlassen zu werden. Somit ist die Liebe ein wunder Punkt in unserem Leben. Wir haben auch Angst davor, selbst zu lieben – und das deshalb, weil wir nach einer Ehe als Wirtschaftsgemeinschaft trachten

und weil wir Sicherheit und Geborgenheit bei unserem Partner suchen. Als Preis dafür sind wir bereit, uns selbst krankhaft zu fixieren und diese Fixierung von unserem Partner zu fordern. Wir werden buchstäblich liebeskrank, und was als hoffnungsvolle Liebe begann, wird systematisch zu einem langen Leidensprozess.

Aber selbst wenn wir uns selbst in diesen Prozess wiedererkennen, müssen wir einen weiteren Verlauf nicht akzeptieren – denn, für die Liebe ist es nie zu spät. Wir können die Liebe wieder neu zu unserem Partner entdecken oder uns auf eine neue Liebe zu einem neuen Partner einlassen. Wenn wir bereit sind für die Liebe, werden wir sie auch wieder erleben.

Die offene Liebe grenzt sich nicht ein

Da die Liebe kein seltenes und einzigartiges Ereignis des Schicksals ist, kann und sollte es etwas Alltägliches für uns Menschen sein. Wenn der Mensch wirklich liebesfähig und damit offen für die Liebe ist, kann er nicht nur eine große Liebe erleben, sondern er kann sich sehr oft verlieben und zu vielen Menschen Liebe empfinden. Das selbstverständlich eine globale Liebe zu allen Menschen nicht nur möglich sondern vorhanden sein sollte, ist damit nicht gemeint – in diesem gesamten Kapitel geht es um die Liebe zum anderen Geschlecht. In diesem Zusammenhang stellt sich für uns Menschen die Frage, ob wir gleichzeitig zwei oder drei andere Partner lieben können? Abgesehen von einer sehr starken gefühlsgeladenen Verliebtheit, die kein Platz für eine zweite Verliebtheit zulässt, kann ein liebesfähiger Mensch mehrere Menschen gleichzeitig lieben. Dabei werden alle mit der gleichen Intensität geliebt, obwohl sie alle verschieden sind.

Da wir aber in der Regel an die „große Liebe“ glauben, ist es verständlich, dass wir jemanden für einen schlimmen und untreuen Menschen halten, der angibt, zur gleichen Zeit zwei Menschen wirklich zu lieben. Diesem Menschen werden wir raten, dass er sich für einen entscheiden müsste. Wir wollen einfach nicht glauben, dass man zwei Partner zur gleichen Zeit wirklich lieben kann. Doch eine reine Liebe, die nicht getrübt ist durch das Auswahldenken für eine lebenslange Lebensgemeinschaft, ist zu mehreren Partnern möglich. Doch werden wir als konventionell und traditionell erzogene und denkende Menschen dem nicht zustimmen, da es nicht in unserem Konzept der auf Liebe gegründeten Lebens- und Wirtschaftsgemeinschaft passt.

Für die Liebe und einen wahrhaft liebenden Menschen gibt es keine Grenzen irgendwelcher Art. Die Liebe überwindet alle Barrieren und Traditionen. Die Liebe ist an keine Erwartung gebunden und ist in sich selbst Erfüllung und Lebensglück. Alles andere im Leben verliert an Bedeutung und damit auch die Treue. Ein wahrhaft liebender Mensch lebt, um zu lieben und wird selbst Ausdruck der Liebe. Er liebt das Leben mit allem, was es an neuen Möglichkeiten und neuen Variationen bietet. Er fragt nicht nach der „großen Liebe“, denn für ihn gibt es keine Unterschiede. Es gibt für ihn zwar Unterschiede in der Individualität der Menschen, aller Lebewesen und aller Dinge des Lebens, die er auch liebt – aber er liebt die Unterschiede nicht mit unterschiedlicher Intensität. Er liebt dieses Individuelle und jenes Individuelle und beides ist ihm gleich wichtig. Für diesen Menschen gibt es nur die „allumfassende“ Liebe und keine „größere“ Liebe und auch keine „geringere“ Liebe. Und für diesen wahrhaft liebenden Menschen gibt es keine Fixierung, sondern nur noch völlige Freiheit und Offenheit in

der Hingabe des Lebens, die sich in der Wechselhaftigkeit des Lebens und allen Lebenden ausdrückt.

Es mag sein, dass von vielen zu diesem Thema der Einwand kommt, dass Menschen die häufig andere Partner lieben, einen besonders ausgeprägten Sexualtrieb oder Selbstbewusstseinsstörungen haben - das diese Menschen nach Anerkennung ringen und sich immer wieder selbst bestätigen müssten. Dazu noch einmal den Hinweis, dass Sexualität und Liebe getrennt gesehen werden müssen. Insbesondere dürfen Sexualität und Liebe nicht gleichgesetzt werden. Wer allein nach einem sexuellen Erlebnis sucht, sucht nicht nach Liebe. Die Liebe ist immer ein übergeordnetes Empfinden und wird durch die Sexualität allenfalls bereichert. Wer als Mensch also in erster Linie die Sexualität sucht, hat mit Liebe nicht viel im Sinn - es können sich aber dabei Liebesgefühle zum anderen Partner einstellen.

Merkwürdig ist, dass Menschen die einen sexuellen Seitensprung begehen, häufig der Meinung sind, dass sie dennoch in der Liebe zu ihrem Partner treu sind. Nach dem Motto: „Was bedeutet schon die Sexualität?“ Somit wird die Liebe verschlossen und die Sexualität darf sich entfalten. Warum nicht umgekehrt? Die Liebe darf sich entfalten - und somit die Sexualität zwangsläufig auch. In der Liebe wird von uns Menschen die Treue erwartet, aber in der Sexualität wird die Untreue schon einmal verziehen. Diese Einstellung von uns Menschen ist merkwürdig, wenn man bedenkt, dass die Liebe der Bereich sein sollte, der sich entfalten darf. Wenn sich die Liebe völlig entfalten kann, spielt die Sexualität keine abgetrennte Rolle mehr. Sie kann dazugehören oder auch ausgeklammert werden. In jedem Fall sollte sie an zweiter Stelle nach der Liebe kommen.

Zuerst sollte die Liebe in uns Menschen erweckt und Ausdruck unseres Lebens werden, dann ergibt sich die Sexualität in einer Partnerschaft von selbst. Empfinden wir die Liebe zu unserem Partner, dann ist auch die Sexualität schön. Ist nur das Verlangen nach Sexualität ohne Liebe da, dann fehlt der Beziehung die Schönheit, der Glanz, die Freude, das tiefempfundene Glück, die Geborgenheit, die Lebensfreude und das Wunder des göttlichen Einssein.

Ausdruck der Liebe

Liebe zu beschreiben, wird immer ein dürftiger Versuch sein. Liebe muss man fühlen, um zu verstehen, was Liebe ist. Die Liebe und damit die Befähigung zum Lieben ist in einem jeden Menschen durch vorhanden sein seiner Seele vorhanden. Um aber die Liebe im Leben anzuwenden bzw. umzusetzen, gehört eine Fähigkeit, die nicht automatisch jeder Mensch besitzt. Diese Fähigkeit wird in der Kindheit und Jugend erworben und kann dann aber wieder abstumpfen oder sich auch weiterentwickeln. Die Liebe ist sich selbst genug und braucht keine anderen Attribute. Der wahre Ausdruck und das Empfinden der Liebe ist daher nicht die Treue, die Lebensgemeinschaft, die Zukunft, die Planung und Fixierung. Die Liebe fragt auch nicht nach groß oder gering, nach stark oder schwach. Die Liebe ist immer groß genug und genügt sich in ihrer Bedeutung.

Wenn wir Menschen Liebe empfinden, verstummt die Frage nach Größe und Schicksal. Wer Liebe empfindet, hört auf zu denken – denn Liebe ist das Bewusstsein der Seele und nicht des denkenden und analysierenden Geistes. Leider ist dies für viele Menschen nur eine kurze Zeitspanne, in der sie das tiefe Bewusstsein der göttlichen Seele wahrnehmen. Wenn wir Menschen uns dieses kostbare Empfinden zu wenig

vermitteln oder in unserem Leben nicht mehr zulassen, ist es nicht verwunderlich, dass wir oft in unserem Leben traurig sind. Wir haben dann etwas verloren und nicht wieder gefunden – vielleicht haben wir aber auch aufgehört danach zu suchen. Wenn es einen Sinn im Leben gäbe, gehört das Empfinden der Liebe über das Seelenbewusstsein dazu. Mit der Liebe erhalten wir Menschen einen göttlichen Reichtum, der nicht käuflich ist und nicht mit Besitz, Geld und Ruhm erworben werden kann. Wer Liebe empfindet, für den verändert sich sein ganzes Leben.

Fest steht, dass alle Dinge des Lebens für uns Menschen in ein anderes Licht erscheinen, wenn wir es mit Liebe tun. Wir können eine Arbeit verrichten, um damit Geld zu verdienen – wenn wir diese Arbeit zudem lieben, werden wir sie gerne tun und mit Freude ausüben. Wir können den Kontakt zu unseren Mitmenschen aus beruflicher oder sozialer Absicht wählen und zudem als Verpflichtungen empfinden – wenn wir aber unsere Mitmenschen lieben, wird jeder Kontakt zu ihnen uns glücklich und zufrieden machen. Wir können uns in die Natur begeben oder uns in der Natur bewegen, um Sauerstoff zu tanken und um uns gesund zu erhalten – wenn wir aber die Natur bewusst wahrnehmen und die Luft, die Gerüche, die Abendstimmung und die wechselnden Jahreszeiten mit unseren Sinnen liebend aufnehmen, fühlen wir uns mit der Natur auf einer göttlichen Weise verbunden, die uns zufrieden und glücklich stimmt.

Liebe ist ein überragendes göttliches Empfinden, das wir Menschen zu allen Erlebensvorgängen empfinden können. Wir können uns aber dessen sicher sein, dass alle Vorgänge unseres Lebens auch ohne Liebe ablaufen: Sexualität ist ohne Liebe möglich, der Organismus unseres Körpers funktioniert ohne Liebe, unsere täglichen Aufgaben inkl.

unserer Arbeit funktionieren auch als Pflichterfüllung ohne Liebe und wir können auch ohne Liebe für Frau und Kinder sorgen. Bei den meisten Menschen trifft das auch zu. Sie leben ihr Leben rational und funktional – ohne Liebe zu sich selbst und zu anderer Menschen. Wie alles im Leben hat auch die Liebe eine Gegenseite, die sich in Angst ausdrückt. Liebe und Angst sind die zwei stärksten Lebensemotionen. Daher ist es nicht verwunderlich, dass die Lebensemotion vieler Menschen nicht Liebe, sondern Angst, Hass und Verachtung ist.

Zu Lieben ist die Fähigkeit, wach und aufmerksam im Leben zu sein und alle Dinge mit offenen Herzen sensitiv wahrzunehmen. In dem wir das Fenster zu unserer Seele weit öffnen, lassen wir hereinkommen, was uns der Tag, die Stunde und der Augenblick bringt. Liebe ist nicht möglich, wenn wir unser Herz und unsere Seele abkapseln, wenn wir uns verschließen und nach Sicherheit streben. Liebe ist nur möglich, wenn wir in völliger Freiheit und Offenheit leben, wenn wir alles genießen, ohne es besitzen zu müssen, wenn die Sinne wach sind, wenn wir bereit sind, über unsere Seele zu empfinden, wenn wir sensibel und verletzlich sind und wenn wir empfänglich für das Neue des Tages sind. Liebe ist ein Empfinden, das aus dem Augenblick heraus entsteht – wir deshalb nicht festhalten können, da es nur in dem Augenblick lebendig ist.

Wege zur erfüllten Liebe

Ein deutscher Dichter schrieb kurz vor seinem Tod: „Die Konzentration des Lebens ist Liebe“. Prägender kann man die Erkenntnis zum Leben nicht ausdrücken. In der Liebe entfaltet sich die Lebendigkeit in ihrer höchsten Intensität. Die Liebe ist konzentriertes, intensives Leben. Unser Leben

erfüllt sich, wenn wir lieben. Wer Glück und tiefe Zufriedenheit im Leben erfahren und damit dem Leben einen Sinn verleihen möchte, kommt an der Liebe nicht vorbei. Alles Streben nach Materiellen, aller Erfolg, aller Reichtum und alle Macht sind sinnlos und unbefriedigend, wenn die Liebe fehlt.

Liebe ist etwas göttliches, dass nichts kostet und jedem zur Verfügung steht. Die Liebe ist nicht etwas das nur begnadeten Menschen zufällt, die zum Beispiel besonders intelligent sind, Erfolg und Reichtum besitzen oder besonders „schön“ aussehen. Schönheit, Intelligenz und Reichtum, sind Attribute, die sogar eher hinderlich sein können. Liebe steht für jedem Menschen offen - wir müssen uns nur dafür öffnen und zugreifen.

1.6 Leidenschaft und Entsagung

Wir alle haben uns sicherlich schon einmal - mehr oder weniger - mit der Frage beschäftigt, ob Entsagung in unserem Leben zu einem wahrhaft spirituellen Leben gehört. Gehört also Entsagung zu einem wahrhaft spirituellen Leben? ... Ja, weil letztlich jeglicher reine Geist dem entsagt, was nicht wirklich ist; und nichts in unserem Leben, das wir führen, ist wirklich – außer unsere Beziehung zu Gott und zu uns selbst. Doch eine Entsagung im klassischen Sinn von Selbstverleugnung, wie sie allgemein verstanden wird, ist nicht erforderlich. Ein wahrer Meister „gibt nicht irgend etwas auf“. Er legt es nur beiseite, wie er mit allem verfahren würde, das er nicht länger brauchen kann.

Selbstverständlich gibt es Menschen, die meinen, dass wir alle unsere Begierden und Wünschen überwinden müssen -

ein Weg, der mit einer rigorosen Disziplin verbunden ist. Tatsache ist aber, dass wir den Bezug zu unseren Begierden und Wünschen einfach ändern müssen - eine Handlung, die mit einer freudvollen Übung verbunden ist. Es gibt auch Menschen, die meinen, dass wir alle irdischen Leidenschaften überwinden müssen, um Gott zu erkennen. Doch es reicht aus, sie zu verstehen und zu akzeptieren. Etwas, dem wir uns widersetzen, das bleibt bestehen. Das was wir anschauen, das verschwindet. Diejenigen, die ernsthaft versuchen, alle irdischen Leidenschaften zu überwinden, arbeiten oft so hart daran, dass man sagen könnte, dies sei zu ihrer Leidenschaft geworden. Sie leben in einer „Leidenschaft für Gott“; einer Leidenschaft, ihn zu erfahren. Aber Leidenschaft ist Leidenschaft, die nicht dadurch ausgelöscht wird, dass wir die eine durch die andere ersetzen.

Deshalb sollten wir nicht über das richten, wofür wir eine Leidenschaft empfinden. Nehmen wir es lediglich zur Kenntnis und schauen uns dann an, ob es uns gemessen an dem, wer und was wir zu sein wünschen, dienlich ist. Denken wir daran, dass wir uns ständig selbst erschaffen. Wir entscheiden in jedem Moment, wer und was wir sind. Wir entscheiden das weitgehend durch die Wahl, die wir hinsichtlich derjenigen und jener Dinge treffen, für die wir eine Leidenschaft verspüren.

Oft sieht es aus, als hätte eine Person, die sich auf dem sogenannten spirituellen Weg befindet, aller irdischen Leidenschaften entsagt, allem menschlichen Begehren. Doch sie verstand zwar, erkannte die Illusion und legte die ihr nicht dienlichen Leidenschaften ab, liebt aber weiterhin die Illusion für das, was sie ihr gab: die Chance, völlig frei zu sein.

Leidenschaft ist die Liebe, das Sein in Handlung zu verwandeln. Sie treibt die Maschine der Schöpfung an. Sie verwandelt Vorstellungen in Erfahrung. Leidenschaft ist das Feuer, das uns beflügelt, dem Ausdruck zu geben, wer wir wirklich sind. Verweigere dich nie der Leidenschaft, denn das heißt, dich dem verweigern, wer-du-bist und wer-du-wirklich-sein-willst.

Entsagung verwehrt sich nie der Leidenschaft – Entsagung verweigert sich einfach dem Anhaften an Resultaten. Leidenschaft ist eine Liebe zum Tun. Tun ist erfahrenes Sein. Doch was wird oft als Bestandteil des Tuns erschaffen? Erwartung. Unser Leben ohne Erwartungen zu leben - ohne Bedürfnis nach bestimmten Resultaten -, das ist Freiheit. Das ist Göttlichkeit. Das ist, wie Gott lebt. Gottes Freude liegt im Erschaffen, nicht in den Nachwirkungen. Entsagung ist nicht die Entscheidung, sich dem Handeln zu verweigern. Entsagung ist eine Entscheidung, sich dem Bedürfnis nach einem bestimmten Resultat zu verweigern. Das ist ein riesengroßer Unterschied.

Das reine Sein ist die höchste Daseinsform von Existenz, die reinste Essenz. Reines Sein ist reines Gottsein. Doch es war uns als göttliche Wesen nie genug, nur einfach zu sein. Wir haben uns immer danach gesehnt, zu erfahren, was-wir-sind – und das verlangt einen ganz anderen Aspekt der Göttlichkeit, genannt das Tun. Dies ist die Erklärung für: *„Leidenschaft ist die Liebe, das Sein in Handlung zu verwandeln“*.

Stellen wir uns vor, wir sind im Kern unseres wunderbaren Selbst der Aspekt der Göttlichkeit, der Liebe genannt wird (was im übrigen der Wahrheit über uns entspricht). Nun ist es eine Sache, Liebe zu sein – und eine ganz andere, eine

Liebestat zu vollbringen. Unser göttliches Wesen „die Seele“, verlangt danach, etwas mit dem, was es ist, zu tun, um sich selbst im Kontext ihrer eigenen Erfahrung kennenlernen zu können. Also ist sie bestrebt, ihre höchste gedankliche Vorstellung durch Handlung zu verwirklichen.

Dieser Drang zum Tun wird Leidenschaft genannt. Töte die Leidenschaft, und du tötetest Gott. Leidenschaft ist Gott, der „hallo“ sagen möchte. Lasst uns also verstehen, wenn Gott (oder die Seele „Gott-in-uns“) erst einmal diese Liebestat vollbracht hat, hat Gott sich selbst verwirklicht und braucht nichts weiter.

Wir Menschen hingegen haben oft das Gefühl, dass sich unsere Investition auszahlen sollte. Wenn wir jemanden lieben, schön – aber wir sollten doch etwas Liebe zurückbekommen. So oder ähnlich sähe das aus. Das ist nicht Leidenschaft. Das ist Erwartung. Und das ist eine der größten Ursachen für das Unglücklichsein des Menschen. Es ist das, was den Menschen von Gott trennt.

Der Entsagende strebt danach, dieser Trennung durch eine Erfahrung ein Ende zu setzen, die manche östlichen Mystiker Samadhi nannten. Das heißt Einsein und Vereinigung mit Gott, ein Verschmelzen mit und ein Aufgehen in der Göttlichkeit.

Der Entsagende entsagt den Resultaten, aber niemals der Leidenschaft. Tatsächlich weiß ein Meister intuitiv, dass die Leidenschaft der Weg ist – der Weg der Selbstverwirklichung. Auf unser irdisches Leben bezogen bedeutet das, dass wir, wenn wir für nichts Leidenschaft empfinden, gar kein Leben haben.

1.7 Sexualität und gute Gefühle

Vorweg möchten ich einige Leser daraufhin weisen, dass es sich bei diesem Kapitel um etwas in ihrem Leben handeln könnte, dem sie bisher wenig Aufmerksamkeit gegeben haben. Wenn sie also bei diesem Thema ein ungutes Gefühl haben und zurzeit nicht bereit sind, dieses Thema weiter zu vertiefen, überspringen sie einfach dieses Kapitel. Niemand sollte etwas tun, das er nicht mag. Vielleicht kehren sie zu einem späteren Zeitpunkt zu diesem Kapitel wieder zurück. Wie immer man sich im Leben entscheidet, es ist in Ordnung.

Sexualität und die Befriedigung persönlicher Bedürfnisse sind Bereiche in unserem Leben, die zusammengehören und Ausdruck des „Göttlichen“ sind. Bedauerlicherweise verbinden viele Menschen mit diesem Thema etwas anderes. Etwas worüber man nicht offen spricht und in eine bestimmte Ecke unseres Lebens als minderwertig abgeschoben wird. Auch hier muss - wie bei vielen anderen Themen des irdischen Lebens -, festgestellt werden, dass wir noch nicht genügend über das wahre spirituelle Leben wissen und den wahren Umgang damit kennengelernt haben.

Fangen wir mit der Sexualität an. Sexualität wurde sicherlich nicht nur von Gott als Möglichkeit geschaffen uns fortzupflanzen. Auch nicht, dass wir bei Sexualität mit Scham, Schuldgefühl und Angst umgehen. Denn Scham bedeutet nicht Tugend, und Schuldgefühl bedeutet nicht, dass wir gute Menschen sind, und Angst bedeutet nicht Achtung. Sexualität bedeutet aber auch nicht Gier, denn Gier ist nicht Leidenschaft; und nicht Hemmungslosigkeit, denn Hemmungslosigkeit ist nicht Freiheit; und nicht

Aggressivität, denn Aggressivität ist nicht Verlangen. Aber erst recht bedeutet Sexualität nicht, die Vorstellung von Kontrolle und Macht, denn diese Dinge haben nichts mit Liebe zu tun.

Aber ... darf Sex zum Zwecke ganz einfacher persönlicher Befriedigung benutzt werden? Überraschenderweise lautet die Antwort „ja“ - denn „persönliche Befriedigung“ ist nur ein anderes Wort für Selbst-Liebe. Persönliche Befriedigung ist im Laufe der Jahre in Verruf geraten, und das ist der Hauptgrund dafür, dass sich so viele Schuldgefühle mit dem Sex verbinden. Wir Menschen empfinden – weil man uns so erzogen hat -, dass wir etwas, das ausgesprochen persönlich befriedigend ist, nicht zur persönlichen Befriedigung einsetzen sollten! Dieser Widerspruch ist für uns zwar offensichtlich, doch wir wissen nicht, was wir mit den sich daraus ergebenden Konsequenzen anfangen sollen. Also beschließen wir, dass die Sache wenigstens dadurch in Ordnung kommen kann, dass wir Schuld dafür empfinden, dass wir uns beim und nach dem Sex gut fühlen.

Das ist so ähnlich, als wenn man sich für persönliche Aktivitäten die einem Erfolg und Reichtum bereiten und zudem auch noch Spaß machen, schuldig fühlt. Was bei einigen Menschen auch zutrifft. Die allgemeinen Forderungen an uns sind also klar: Wenn uns etwas Spaß macht, wir also etwas gerne tun, sollten wir nicht zudem noch mit Geld belohnt werden! Die meisten Menschen verdienen ihr Geld mit einer Tätigkeit, die sie nicht mögen – oder zumindest durch harte Arbeit und nicht durch endlose Freude. Also lautet die allgemeine Botschaft: Wenn wir negative Gefühle damit verbinden, können wir es nicht genießen! Im Versuch, uns schlecht bei etwas zu fühlen, bei dem wir uns an sich gut fühlen, setzen wir oft Schuldgefühle

ein – um uns so mit Gott zu versöhnen, von dem wir annehmen, dass er nicht will, dass wir uns bei irgendetwas gut fühlen! Vor allem sollen wir uns nicht gut fühlen, wenn es um die Körperfreuden und „Sex“ geht.

Und dennoch ist die gute Nachricht für uns die, dass es in Ordnung ist, Sex zu lieben! Es ist auch völlig in Ordnung, unser Selbst zu lieben! Tatsächlich ist es sogar ein Muss. Nicht gut ist dagegen für uns, wenn Sex - oder etwas anderes Befriedigendes - zur Sucht wird.

Üben wir uns darin, folgende Dinge zu sagen, bei denen wir eigentlich Schuldgefühle haben müssten: *Ich liebe Sex. Ich liebe Geld. Ich liebe mich. Ich liebe Macht, Glanz, Ruhm, Erfolg und Gewinnen. Ich liebe das Lob vonseiten anderer, ich liebe besser sein, mehr haben, wissen wie und wissen warum.* Ein wirklich starkes Schuldgefühl sollten wir haben, wenn wir sagen: *Ich liebe es, Gott zu kennen und mit Gott persönlich sprechen zu können!* Die Steigung von alledem wäre, und ist das höchste aller Schuldgefühle, wenn wir zudem bestätigen: *Es zu lieben, selbst göttlich zu sein.*

Ist das nicht interessant? Unser ganzes Leben lang wurden uns Schuldgefühle eingetrichtert in Bezug auf „die Dinge, die wir uns am meisten wünschen“. Doch wir sollten all dies Lieben. Lieben, lieben, lieben wir die Dinge, die wir uns wünschen – denn unsere Liebe zieht sie zu uns hin. Diese Dinge sind der Stoff des Lebens. Wenn wir sie lieben, lieben wir das Leben! Wenn wir erklären, dass wir sie wünschen, verkünden wir, dass wir all das Gute wählen, das das Leben zu bieten hat.

Also wählen wir Sex – all den Sex, den wir kriegen können! Wählen wir Macht – all die Macht, die wir zusammenbringen

können! Wählen wir Ruhm – all den Ruhm, den wir erlangen können! Wählen wir Erfolg – all den Erfolg, den wir erreichen können! Wählen wir das Gewinnen – alles Gewinnen, das wir erleben können! Aber wählen wir nicht Sex statt Liebe, sondern wählen ihn als Feiern der Liebe. Wählen wir nicht Macht über, sondern Macht für. Wählen wir nicht Ruhm als Endzweck, sondern als Mittel für ein größeres Ziel. Wählen wir nicht Erfolg auf Kosten anderer, sondern als Instrument, um anderen helfen zu können. Und wählen wir nicht das Gewinnen um jeden Preis, sondern das Gewinnen, das andere nichts kostet und ihnen sogar ebenfalls Gewinn bringt.

Wählen wir das Lob vonseiten anderer – aber sehen alle anderen als gleichwertige Wesen an, über die wir Lob ausschütten können, und tun es auch! Wählen wir, mehr zu haben, aber nur so, dass wir mehr zu geben haben. Und selbstverständlich, wählen wir „wissen wie“ und „wissen warum“ – damit wir unser Wissen mit anderen teilen können. Und wählen wir unter allen Umständen, Gott zu kennen, mit Gott zu sprechen und göttlich zu sein! Ja, wählen wir dies an erster Stelle, dann wird alles andere wird folgen.

Unser ganzes Leben lang sind wir gelehrt worden, dass es besser ist zu geben, statt zu empfangen. Doch wir können nicht geben, was wir nicht haben. Deshalb ist die Befriedigung der eigenen Bedürfnisse so wichtig – und deshalb ist es so unselig, dass dies einen so hässlichen Beiklang bekommen hat. Ganz offensichtlich sprechen wir hier nicht von der Befriedigung auf Kosten anderer. Hier geht es nicht um ein Ignorieren der Bedürfnisse anderer. Doch im Leben sollte es auch nicht darum gehen, dass wir unsere eigenen Bedürfnisse ignorieren.

Wenn wir uns selbst eine Fülle an Vergnügen schenken, werden wir auch eine Fülle an Vergnügen an andere zu verschenken haben.

Je mehr Vergnügen wir uns selbst bereiten, um so mehr Vergnügen können wir auch anderen bereiten. Das Gleiche gilt ebenso für Macht, Ruhm, Reichtum und Erfolg, sowie alles andere, was uns ein „gutes Gefühl“ gibt. Und genau das ist es, was zu erreichen – bei allen Erwählungen unseres sein, tun oder haben - es in unserem Leben gilt: Ein gutes Gefühl haben. Aber warum geben uns bestimmte Dinge ein gutes Gefühl? Durch dieses „gute Gefühl“ bekundet unsere Seele: „Das bin ich!“ Das gute Gefühl ist die Seele, die hier sagt. Sie bekundet damit ihre Übereinstimmung zu unserer Handlung. Wenn es nach unserer Seele ginge, würden wir nur Dinge tun, die uns ein „gutes Gefühl“ bereiten und somit in Übereinstimmung mit ihr geschehen.

Wenn wir den „Himmel auf Erden“ erleben wollen, werden wir bemüht sein, so viel wie möglich uns ein gutes Gefühl zu vermitteln. Daher sollten wir versuchen in Erfahrung zu bringen, was uns selbst ein gutes Gefühl gibt. Mit anderen Worten, welche Arten von Erfahrungen fühlen sich für uns gut an?

Dazu der Hinweis: Niemals zuvor ereignete sich irgendeine Art von Evolution durch Verweigerung. Wenn wir uns also weiterentwickeln wollen, werden wir das auch nicht tun! - und werden uns nicht selbst die Dinge verweigern, von denen wir wissen, dass sie uns ein „gutes Gefühl“ geben. Weil wir uns diese Freuden zugestanden haben, werden wir noch weitere Freuden entdecken, die uns noch größere Gefühle bereiten. Um aber etwas „Größeres“ erkennen zu können, müssen wir zuvor das „Geringere“ erfahren haben.

Das sind Zusammenhänge, die sich auch in der Betrachtungsweise von „Religion“ und „Spiritualität“ erkennen lassen. Die Religion möchte, dass wir ihren Worten glauben und somit auf eigene Erfahrungen verzichten. Das ist der Grund, weshalb schließlich alle Religionen scheitern werden. Das Wesen des Menschen fordert letztendlich eigene Erfahrungen, weshalb die Spiritualität immer Erfolg haben wird. Die Religion verlangt von uns, dass wir aus den Erfahrungen anderer lernen. Die Spiritualität drängt uns dazu, nach unseren eigenen Erfahrungen zu streben. Die Religion wird immer die Spiritualität ablehnen, da sie uns zu anderen Schlussfolgerungen gelangen lassen könnte, als uns die Religion vermittelt. Die Religion fordert uns auf, die Gedanken anderer zu erforschen und sie als unsere eigenen zu akzeptieren. Die Spiritualität dagegen möchte, dass wir die Gedanken anderer beiseite schieben um sie mit eigenen zu ersetzen.

Ein „gutes Gefühl“ in uns sagt uns auf unsere Weise, dass unser letzter Gedanke „Wahrheit“, unser letztes Wort „Weisheit“ und unsere letzte Handlung „Liebe“ waren. Wenn wir sehen möchten, wie weit wir vorangeschritten sind, wenn wir abschätzen möchten, wie weit wir uns entwickelt haben, dann lasst uns selbst betrachten, wobei wir uns „gut fühlen“. Trachten wir aber nicht danach, unsere Weiterentwicklung zu erzwingen – uns also schneller und weiter fortzuentwickeln –, indem wir uns verweigern, was uns ein gutes Gefühl gibt. Selbst-Verweigerung bedeutet Selbst-Zerstörung. Dagegen ist Selbst-Regulierung nicht gleich Selbst-Verweigerung. Unsere Regulierung des eigenen Verhaltens bedeutet, dass wir auf Grundlage unserer Entscheidung darüber, wer wir sind, eine aktive Wahl treffen, etwas zu tun oder nicht zu tun.

Wenn wir uns dazu bekennen, eine Person zu sein, der die Rechte anderer respektiert, wenn wir uns dazu entscheiden, andere nicht zu belügen, nicht zu berauben oder nicht zu vergewaltigen, dann ist das keine „Selbst-Verweigerung“. Es ist eine Selbst-Aussage darüber, was uns kein „gutes Gefühl“ vermittelt und an der man daher erkennen kann, wie weit wir uns entwickelt haben. Wenn uns aber unverantwortliches Handeln – ein Verhalten, das anderen Schaden zufügt oder Schwierigkeiten bereitet – ein „gutes Gefühl“ vermittelt, dann haben wir uns nicht sehr weit entwickelt. Bewusstheit ist hier der Grad unserer Entwicklung und der Schlüssel unseres Wachstum.

Es sollte die Aufgabe der Älteren in den Familien und Gemeinden sein, bei den jungen Menschen diese Bewusstheit zu schaffen und zu verbreiten. Wenn aber selbst den Älteren diese Bewusstheit nicht vermittelt wurde, können sie es auch nicht an den Jüngeren weitergeben. Es hat aber zu allen Zeiten „Boten Gottes“ gegeben, die sich dieser Aufgabe gewidmet haben. Diese selbst erwählten Boten Gottes mögen in dieser Zeit vermehrt auftreten, da jetzt die passende Zeit zu einem neuen Bewusstsein und einer neuen Bewusstheit ist. Wir Menschen sind bereit, für eine neue Epoche des Lebens – bereit, für einen Bewusstseinswandel.

Es muss eine neue Bewusstheit in uns allen Menschen geschaffen und gesteigert werden, die uns verstehen lässt, dass das, was für einen getan wird, für uns alle getan wird – denn wir-alle-sind-eins. Wenn unser Bewusstsein und unsere Bewusstseinstellung diesem „wir-sind-alle-eins“ entspricht, wird es uns praktisch nicht möglich sein, ein „gutes Gefühl“ zu haben, wenn wir andere verletzen. Ein sogenanntes „unverantwortliches Verhalten“ würde es dann

nicht mehr geben. Im Rahmen dieses Bewusstseins sollten und können wir alles sein, tun und haben, was uns das Leben zu bieten hat. Wir würden dann unbegrenzten Spaß am „Leben miteinander“ haben und das Leben wahrhaftig lieben können – denn das Leben hat mehr anzubieten, als wir uns das zurzeit vorstellen können. Wir sind, was wir erleben – und wir erleben, was wir zum Ausdruck bringen. Wir bringen das zum Ausdruck, was wir haben, um es zum Ausdruck zu bringen – und wir haben, was wir uns selbst zugestehen.

Da dieses Kapitel dem Thema „Sexualität, Leidenschaft und Befriedigung“ gewidmet ist, mag man den Eindruck gewonnen haben, dass zwischenzeitlich das Thema verlassen wurde. Dem ist aber nicht so. Das ganze Leben hat etwas mit Gefühlen wie Leidenschaft und Befriedigung zu tun - es sind die wahren Lebensenergien. Selbstverständlich und insbesondere gehört auch die Sexualität dazu. Daher kommen wir erneut darauf zurück und es stellt sich die Frage: Wie können wir am besten der sexuellen Energie Ausdruck geben? Die Antwort lautet: Liebend, offen, spielerisch, freudvoll, unverschämt, leidenschaftlich, zärtlich, humorvoll, spontan, rührend, kreativ, unerschrocken und sinnlich. Die meisten Eigenschaften können wir auch gleichzeitig auf uns gesamten Leben beziehen.

Sollte es unter uns Menschen noch einige geben, die der Meinung sind, dass Sexualität nur der Fortpflanzung dient, muss diese Meinung als Unsinn bezeichnet werden. Die Fortpflanzung ist in vielen Fällen die glückliche Folge und nicht die logische Vorausplanung der sexuellen Erfahrung. Die Vorstellung, dass Sex nur dazu da ist, um Babys zu machen, ist einfach naiv. Ebenso naiv ist es, dass man mit dem Sex aufhören sollte, wenn das letzte Baby gezeugt

wurde. Diese Einstellung ist wider der menschlichen und damit göttlichen Natur.

1.8 Sexualität - Tanz des Lebens

Ausdruck von Sexualität ist der Prozess des rhythmischen Energieflusses, der alles Leben antreibt. Gott hat alle Dinge mit einer Energie ausgestattet, die wir als Signal in das ganze Universum aussenden. Unsere Energie drängt nach außen und berührt andere Menschen. Aber auch andere Energien berühren uns. Und irgendwann passiert es. In der Mitte zwischen uns und einem anderen begegnen sich diese Energien.

Die Vereinigung zwischen Yin und Yang

Um uns die Situation besser zu veranschaulichen, wie sich diese Energien verbinden, stellen wir uns zwei Menschen in einem Raum vor, die sich jeweils am anderen Ende des Raumes befinden. Nennen wir sie einfach Yin (Mann) und Yang (Frau). Yin sendet persönliche Energiewellen in das Universum aus, von denen einige in Richtung Yang gehen. Yang sendet ebenfalls Energiewellen aus, von denen einige in Richtung Yin gehen. Diese von beiden Seiten ausgesendeten Energiewellen begegnen sich nun in der Mitte zwischen Yin und Yang. Hier vereinen sich die Energien und verbinden sich. Es bildet sich eine neue Energieeinheit, die wir „Yiang“ nennen. Diese Energieeinheit ist die verbundene Energie aus Yin und Yang.

Zwischen Yin und Yang entsteht ein neuer Energiekörper, mit dem beide verbunden sind. Dieser Energiekörper wird mit ständig einfließenden Energien genährt und über eine

Verbindung, die immer innerhalb der Matrix existiert, werden ebenfalls Energien an seine beiden Sender zurückgeschickt. Zu diesen neuen Energiekörper „Yiang“ fühlen sich beide - Yin und Yang - hingezogen. Sie fühlen, über die neu geschaffene Verbindung, dieses großartige Gefühl des „Körpers zwischen ihnen“ - das schon jetzt die Vereinigung beider ist. Obwohl Yin und Yang in einiger Entfernung voneinander stehen, können beide auf eine physische Weise fühlen, was in der Matrix vor sich geht. Sie fühlen sich zu dieser Erfahrung hingezogen und wollen sich aufeinander zubewegen. Ihr Gefühl sagt: jetzt sofort! Aber noch müssen sie ihr Misstrauen überwinden, das ihnen unsere Welt anezogen hat – ein Misstrauen ihrem Gefühl gegenüber, um sich vor „Verletzung“ zu schützen. Doch ihre Seelen möchte „Yiang“ kennenlernen - jetzt! - und zum Glück lassen beide ihre Ängste beiseite und vertrauen in dem Moment darauf, dass die Liebe alles ist, was es gibt.

Beide fühlen sich nun unwiderruflich zum „Körper“ zwischen ihnen hingezogen. Da „Yiang“ von beiden metaphysisch übersinnlich wahrgenommen wird, wollen Yin und Yang dies nun auch physisch erleben und rücken näher zusammen. Nicht um jeweils zum anderen zu gelangen, sondern um zu Yiang zu gelangen. Sie möchten diesen Ort der göttlichen Vereinigung erreichen, um zu erfahren, wie es sich anfühlt, eins zu sein. Sie rücken also noch näher aneinander heran. Je kürzer die Distanz, desto größer die Intensität. Nun sind sie nur noch einen Schritt voneinander entfernt, so das der Körper zwischen ihnen mit ungeheurer Geschwindigkeit vibriert. Die Verbindung hin zu Yiang und von Yiang zu ihnen beiden, verläuft mit unglaublicher Energie. Beide „brennen vor Verlangen“, in dem sie sich noch näher kommen. Jetzt berühren sie sich – und die Empfindung ist

fast unerträglich. Sie fühlen mit ihrer Berührung, alle Energie von Yiang - die innigst verbundene Substanz ihres Wesens.

Jetzt umarmen sich die beiden. In dem die Kluft zwischen beiden noch mehr geschlossen wird, werden nun alle, Yin, Yang und Yiang, fast denselben Raum einnehmen. Da Yin und Yang „Yiang“ zwischen sich fühlen können, wollen sie noch enger zusammenkommen, um buchstäblich mit Yiang zu verschmelzen. Sie möchten Yiang in physischer Gestalt werden. Yin's Körper ist nun bereit, in Yang's Körper buchstäblich einzudringen - während Yang's Körper bereit ist, buchstäblich Yin's Körper in sich aufzunehmen. So kommt es, dass die physischen Körper sich verbinden. Yin, Yang und Yiang werden eins und die Energien zwischen beiden fließen mit großer Leidenschaft. Sie können nicht genug voneinander bekommen und können sich nicht nahe genug sein. Mit intensiven Bewegungen bemühen sie sich, noch näher zu kommen. Noch näher. Dann explodieren sie – buchstäblich – und zucken am ganzen Körper. Ihre Körper elektrisieren und schicken Energiewellen bis in ihre Fingerspitzen. In dieser Explosion ihres Einsseins haben sie den Gott und die Göttin, das Alpha und das Omega, das Alles und das Nichts - die Essenz des Lebens - erfahren.

Ist dies nicht eine wunderbare Beschreibung der menschlichen Sexualität.

Der Tanz des Lebens

Dieser Tanz, der uns mit der Verbindung von Yin und Yang beschrieben wurde, dieser energetische Austausch findet fortwährend statt – in und mit allem. Unsere Energie – die wie ein goldenes Licht von uns ausgestrahlt wird – interagiert ständig mit allem und jedem. Je näher wir uns

sind, desto intensiver ist die Energie. Je weiter voneinander wir sind, desto subtiler ist sie. Doch wir sind niemals von irgendetwas total abgetrennt.

Diese unzähligen Energien werden, wie schon erklärt wurde, voneinander angezogen. Würde es nicht zu einer Abstoßung kommen, was erforderlich ist, um sich als gegenwärtige Form auflösen zu können und eine neue Gestalt anzunehmen, gäbe es ein immer miteinander verschmelzen. Alle spirituell bewusst lebenden Wesen wissen das und bewegen sich daher weg von der permanenten Verschmelzung, um ihre Beziehung zu allen anderen Wesen aufrechtzuerhalten. Würden sie das nicht tun, würden sie in alle anderen Wesen hineinschmelzen und auf ewig Einssein erfahren – was der Zustand ist, aus dem wir gekommen sind.

Nachdem wir uns aus diesem Zustand entfernt haben, werden wir ständig wieder zu ihm hingezogen. Dieses Ebben und Fluten, diese Bewegung des „hin und her“, ist der Grundrhythmus des Universums und von allem was existiert. Wir werden ständig zur Vereinigung miteinander angezogen, und werden dann, im Moment der Einheit, uns durch bewusste Wahl von dieser Einheit abstoßen. Wir treffen diese Wahl, von der Einheit befreit zu sein, damit wir sie erfahren können. Denn wenn wir erst einmal Teil von ihr geworden sind und in ihr verbleiben, können wir sie nicht mehr als Einheit erkennen, weil wir dann keine Trennung mehr kennen. Dies ist der Grund, warum Gott sich selbst erst als Alles-Was-Ist erfahren kann, in dem er sich selbst als das Nicht-Alles erfährt.

In uns Menschen – und in jeder erdenklichen Energieeinheit des Universums – erkennt Gott sich selbst als die Teile des Allen – und gibt sich selbst die Möglichkeit, sich selbst in

seiner eigenen Erfahrung als das Alles-in-Allem zu erkennen. Gott kann sich nur dadurch erfahren, was er ist, dass er erfährt, was er nicht ist. Selbstverständlich ist aber Gott auch, was er nicht ist. Das ist die göttliche Zweiteilung.

Der natürliche Rhythmus des Universums, das natürliche Ebben und Fluten, ist charakteristisch für alles Leben – einschließlich der Bewegungen, die das Leben in unsere Realität erschaffen. Wie durch irgendeine Triebkraft werden wir zueinander hingezogen, nur um uns wieder voneinander wegzudrängen und uns zu trennen, um uns dann wieder dringlich aufeinander zuzustreben, um uns dann wiederum zu trennen und dann wieder hungrig, leidenschaftlich, dringlich die totale Vereinigung zu suchen. Ein Zustand den insbesondere jung verliebte Menschen erleben. Gemeinsam-getrennt, gemeinsam-getrennt, gemeinsam-getrennt tanzen unsere Körper in einer so elementaren, so instinktiven Bewegung, dass wir uns eines vorsätzlichen Handelns nur wenig bewusst sind. An einem bestimmten Punkt schalten wir auf Automatik um. Dem Körper muss nicht gesagt werden, was er zu tun hat. Er tut es ganz einfach – mit der Dringlichkeit allen Lebens. Es ist das Leben selbst, das sich selbst als Leben ausdrückt. Und es ist das Leben selbst, das im Schoße seiner eigenen Erfahrung neues Leben hervorbringt.

Alles existierende Leben ist vom sanften Rhythmus Gottes durchdrungen – von dem, was wir die Zyklen des Lebens nennen. Die Nahrung wächst in solchen Zyklen. Jahreszeiten kommen und gehen. Sonnen explodieren und implodieren und explodieren wieder. Universen dehnen sich aus und ziehen sich wieder zusammen. Alles, alles ereignet sich in Zyklen, in Rhythmen und Schwingungen die den Frequenzen von Gott – dem Allen – entsprechen.

1.9 Sexualität und Liebe

Die meisten Menschen verbinden mit dem Begriff „Liebe“ auch „Sexualität“. Diese Tatsache erkennt man schon daran, dass wir in einer Buchhandlung viele Bücher zum Thema „Sexualität“ aber wenige Bücher zum Thema „Liebe“ finden. Deshalb ist es so wichtig, dass wir ein richtiges Verständnis zur Sexualität in Verbindung mit der Liebe erlangen. Dieses Kapitel soll daher auch dazu dienen, mit den vielen Irrmeinungen und Mythen aufzuräumen, die mit der Sexualität und Liebe verbunden sind. Dazu folgen nun einige allgemeine Irrmeinungen.

„Sexualität macht Frei“

Liebe und Sexualität sind zwei verschiedene Bereiche, die nicht unbedingt zusammengehören und daher nicht miteinander verwechselt werden dürfen. Denn Sexualität ist ohne Liebe möglich – und Liebe kann sich ohne Sexualität entfalten. Obwohl das jedem bekannt sein sollte, wird beides immer wieder durcheinandergeworfen. Die Befreiung der Sexualität durch bekannte Psychotherapeuten, war sicherlich ein erforderlicher Schritt in Richtung der Entfaltung des Lebens der Menschen. Sexuelle Entfaltung befreit den Menschen von inneren Spannungen und führt zu einem körperlich entspannten Wohlbefinden. Allzu oft wird aber in diesem Zusammenhang auf ein seelischen Empfinden hingewiesen, was grundsätzlich nicht richtig ist.

Reine Sexualität ist ein Körperempfinden. Aber Sexualität in Verbindung der Liebe, die zwei Menschen als Ausdruck des Einsseins zueinander empfinden, führt zu einem tiefen seelischen Empfinden. Wer also nur seine Sexualität entfaltet und dabei seine seelische Liebesfähigkeit nicht gleichzeitig

mit entwickelt, kann keine volle und wahre Befriedigung finden. Die Sexualität hat heute leider vor der Liebe eine Dominanz erreicht, so dass die erwähnte Trennung zwischen Liebe und Sexualität, aber auch die Bedeutung ihrer Gemeinsamkeit, nicht mehr richtig gesehen wird. Die Sexualität wird zum Teil sogar so wichtig genommen, dass sie oft mit Liebe verwechselt wird und dass geglaubt wird, ein sexuelles Erlebnis sei die Voraussetzung für die Liebe. Die Grenzen sind oft so stark verwischt, so dass viele Menschen nicht mehr wissen, ob sie lieben oder nicht lieben.

Die Sexualität wird konsumiert wie jeder andere Genuss oder Reiz. Das konsumieren von Genüssen und Reizen führt zu einer inneren Unfreiheit, weil sie zwanghaftes und süchtiges Verhalten hervorruft. Sexualkonsum führt daher zu keiner Freiheit und zu keiner Befreiung, sondern baut - wo körperliche Spannung reduziert wird -, an anderer Stelle neue Spannung in Form von Unausgeglichenheit und Unzufriedenheit auf. Erst das Vorhandensein der wahren Liebe und die empfundene Liebe zueinander, lässt Sexualität als wahre Befriedigung erleben und führt zu wahrer Zufriedenheit.

„Sexualprobleme gelöst – alle Probleme gelöst“

Mit dem Denken „Sexualität macht frei“ ist vielfach auch zwangsläufig die Denkweise verbunden, dass mit der Lösung der sexuellen Probleme bei uns Menschen sich auch alle anderen Probleme auflösen. Das ist jedoch eine große und grobe Vereinfachung, die allerdings verständlich ist, da für viele Menschen Sexualprobleme von großer Bedeutung sind. Das Leben dieser Menschen werden davon ganz in Anspruch genommen, und es entsteht die Meinung, dass mit

dem Lösen dieser Probleme, für sie eigentlich keine Probleme mehr geben kann.

Jeder Mensch, der eine befriedigende sexuelle Beziehung erlebt hat oder erlebt, weiß, dass damit natürlich nicht alle Probleme gelöst sind. Wer Hunger hat, denkt nur daran, wie er seinen Hunger stillen kann. Wenn aber der Hunger gestillt ist, eröffnen sich neue Probleme. Sexualität ist daher nur ein Teilbereich, der sicherlich quälend werden kann, wenn er keine Erfüllung findet. Aber mit der Sexualität kann nicht die gesamte Psyche und ihre Probleme erklärt und gelöst werden. Selbst wenn die Sexualprobleme gelöst werden, sind damit nicht alle Probleme gelöst. Erst wenn die Liebe hinzukommt, die generelle Liebe die weit über die Beziehung zu nur einem Menschen hinausgeht, werden wir Menschen zu einem zufriedenen und problemlosen Leben gelangen.

Die Sexualität ist eine biologische Funktion, die der Mensch über seine natürliche Körper- und Geistesfunktion wahrnimmt. Der Mensch glaubt daher, dass er mit dem Verstand alle Probleme lösen kann und das rationale Denken, Verhalten und Vorgehen die Krönung des Menschseins ist. Das ist aber ein großer Irrtum. Der Mensch wird immer den Sexualtrieb wahrnehmen. Fast möchte man meinen, das er ihn ausgeliefert ist. Das sexuelle Bedürfnis kann der Mensch nicht verleugnen und verdrängen. Vor der sexuellen Problematik kann der Mensch nicht fliehen - und kann sie auch nicht mit Tricks und Abwehrmechanismen beseitigen. Es soll damit aber nicht der Eindruck entstehen, dass wir Menschen dem Sexualtrieb machtlos ausgeliefert sind. Wenn wir Menschen zu dem Bewusstsein gelangen, das wir wissen wer-wir-sind, wissen wir auch, das wir uns allen natürlichen Bedürfnissen entsagen können. Nicht in Form

erzwungener Maßnahme, sondern mit dem Bewusstsein, es nicht mehr zu brauchen. Darüber steht mehr in dem Kapitel „Leidenschaft und Entsagung“.

Auch ohne Entsagung können wir die Sexualität in eine Richtung der Stabilität und Sinneserfüllung lenken, und zwar durch die Liebe. Ohne Liebe lassen sich keine Sexualprobleme lösen, denn nur die Liebe schafft die Voraussetzung dafür, dass die Sexualität an Schönheit, Klarheit und seelischer Freude gewinnt.

„Der Orgasmus ist das Ziel der Liebe“

Es ist allgemein bekannt, dass die Sexualität seinen Höhepunkt im Orgasmus findet. Es gibt zum Orgasmus aber unterschiedliche Aspekte. Viele Biologen und Psychologen sind der Meinung, dass der Orgasmus ein Trick der Natur sei, damit zum Zwecke der Fortpflanzung wir Menschen häufig Sex mit einander haben. Sicherlich ist im Bezug zu dieser Ansicht, der lustvoll und befriedigend erlebte Orgasmus die beste Gewähr dafür, dass wir Menschen häufig Sex miteinander haben und nicht aussterben.

Wer sich nur nach sexueller Befriedigung ausrichtet, wird den Orgasmus als Ziel der Befriedigung und Entspannung ansehen. Anders verhält es sich bei der Liebe. Die Liebe sucht nicht als Endziel die Entspannung, sondern findet Befriedigung in jeder Form der seelischen und körperlichen Zuwendung. Wenn wir Menschen ein wahres bewusstes Leben führen möchten, wird für uns in allen Bereichen des Lebens - so auch in der Liebe und der Sexualität - der Weg das Ziel sein. Liebe bedarf und braucht nichts - auch kein Ziel! Liebe ist das wahrnehmen, fühlen und genießen des Vorhandenen. Wer also mit einem Menschen den man liebt,

sexuell zusammen ist, der erlebt schon in der Vereinigung miteinander wahre göttliche Gefühle. Die sexuelle Vereinigung ist dann ein Seelenempfinden, die aus zwei Seelen eine Seele werden lassen. Das ist mit Verschmelzung gemeint. Das ist das wahre Gefühl des „Einssein“. Wenn dann zwei liebende noch zusammen einen Orgasmus erleben, ist das sicherlich noch eine Steigerung des schon vorhandenen Einssein - die an Tiefe nicht mehr zu übertreffen ist. Es ist der Augenblick, wo wir ein Gefühl des göttlichen Bewusstseins – dessen wer-wir-sind – als „Seinszustand“ in vollkommener und reiner Form erleben und fühlen.

„Technik ist wichtig für eine befriedigende Sexualität“

Es ist schon verwunderlich festzustellen, das in den vergangenen Jahren – vielleicht auch Jahrzehnten – der Ehrgeiz vieler Buchautoren (Psychiater, Psychologen, Mediziner und Journalisten) darin bestand, das Wissen über sexuelle Techniken der Luststeigerung zu vermehren. Was insbesondere verwunderlich und unpassend dazu ist, wenn zu solchen Büchern der Titel mit den Begriff „Liebe“ versehen wird, denn mit Liebe hat das nun wirklich wenig zu tun. Techniken in der Sexualität können keine Liebe hervorrufen und erst recht nicht steigern.

Sexualität kann Liebe niemals ersetzen - denn Liebe und Sexualität sind nun einmal zwei verschiedene Bereiche –, aber sie können sich auf wunderbarer Weise ergänzen und uns Menschen mit dem richtigen Bewusstsein einen „Seinszustand“ in vollkommener und reiner Form erleben und fühlen lassen.

1.10 Wenn wir lieben, dann lieben wir offen

Die Liebe ist ein sehr wichtiger Teil unseres Lebens und Hauptbestandteil des wahren göttlichen Lebens - nur bekommt dieser Teil all zu oft eine falsche Bedeutung für uns Menschen und führt dann zu falschen Resultaten. Ich habe einmal zu diesem Thema im Bezug zum Buddhismus einen schönen Bericht gelesen, den ich hier an dieser Stelle mit leichten Änderungen veröffentliche. Als Einleitung zu diesem Bericht, wurde darauf hingewiesen, wenn wir wissen, wo wir nach der Wahrheit suchen müssen, fallen alle unsere Probleme und Urteile von uns ab.

Es gab einmal eine Nonne, die in ein ausschließlich Männern vorbehaltenes Kloster ging, um dort zu praktizieren. Sie war sehr diszipliniert in ihrer Praxis und zudem sie sehr schön. Aufgrund dieser Schönheit verliebten sich viele Mönche sehr schnell in sie. Ein Mönch aber war von ihrer Schönheit so fasziniert und überwältigt, dass er sich nicht zurückhalten konnte, ihr eine Nachricht zu übergeben in der stand: "Ich liebe dich sehr. Treffe mich nach der Abendmeditation im Garten". Als sie am Abend an ihm vorbei zur Meditation ging, gab er ihr den Zettel. Sie las seine Worte nach der Meditation - stand auf, ging auf ihn zu und sagte: "Wenn du liebst, dann liebe offen."

Sie meinte damit, ehrlich und aufrichtig mit den eigenen Gefühlen und Antrieben zu sein. In unserer Welt leben wir nicht auf diese aufrichtige Art. So viele Spiele werden gespielt, so viele Leute achten nur auf ihren Anteil des Glücks, dadurch entsteht so viel Verwirrung und Schmerz. Jede Person möchte natürlich glücklich sein und für die meisten von uns beinhaltet dieses Glück eine intime Beziehung mit einer anderen Person. Jemand, mit dem wir

unser Leben teilen, mit dem wir wachsen können, den wir lieben. Unsere Erwartungen an unseren Partner|unsere Partnerin sind oft sehr hoch, und oft haben wir das Gefühl, dass sie uns irgendwie enttäuschen: Vielleicht sind sie morgens reizbar oder sie wollen nicht bei der Gartenarbeit helfen, vielleicht können sie auch nicht gut mit Geld umgehen. Unsere Reaktion darauf ist unser Gefühl, dass sie uns irgendwie hängen lassen und wir haben den Eindruck, dass die andere Person, an die wir all unsere Hoffnungen vom glücklichen Leben gehängt haben, nicht gut für uns ist. Vielleicht, so denken wir, müssen wir doch jemanden anders finden, jemanden, der uns wirklich glücklich macht. Wir sehen nicht auf das Ergebnis unseres Handelns, kennen die Natur unseres Geistes nicht, und aufgrund dieser Unkenntnis erschaffen wir geistige Monster und lassen diese frei. Wir hoffen das Beste, aber sie kommen immer zurück, um uns zu verletzen. Immer...

Offen zu lieben bedeutet frei von eigensüchtiger Motivation zu sein und Liebe zu verschenken, andere Menschen zu akzeptieren, sie zu respektieren. Sogar wenn sie Dinge tun, bei denen wir denken, sie sollten sie nicht tun. Sogar, wenn sie sich in einer Art verhalten, die wir nicht gut heißen, sogar wenn sie uns verletzen. In weltlichen Beziehungen arbeiten wir immer an der anderen Person, um sie so zu formen, wie wir sie passend für uns finden. In einer Dhamma-Beziehung aber arbeiten wir an uns selbst und untersuchen unsere eigene Motivation. Wir sehen uns die Ergebnisse unseres Handelns an. Ist die Motivation rein, sind wir schuldlos, was auch immer geschieht. Wir müssen uns nicht entschuldigen und wir müssen niemand anders beschuldigen. Ein Dhamma-Leben bedeutet ein reines Leben. Es ist das schrittweise Wachstum vom Ego zur Egosigkeit. Eine Bewegung von der Dunkelheit zum Licht. An diesem Weg wird es viele

Probleme und Schwierigkeiten geben, aber wenn wir unsere Motivation rein halten, wird das Ergebnis immer gut sein.

Wir zeigen Liebe, wenn wir nicht länger in einer Welt leben, die nur aus selbstsüchtigen Wünschen und Gewohnheiten handelt. Es ist wirklich so einfach. Liebe ist nicht etwas, das wir kultivieren oder entwickeln müssen, es ist eine Qualität, die wir schon besitzen. Wenn wir kein Ego haben, das uns leitet, wird sich in allem was wir tun Liebe zeigen. Das ist das offene Lieben. Nicht im Geheimen, nicht voller Scham, nicht aus untergründiger Motivation heraus oder aus der Angst, dass jemand vielleicht unseren geheimen Plan durchschaut. Zu lieben aus einer Offenheit, die aus einem reinen Antrieb entspringt. Das ist die Praxis des Loslassens. Wenn wir andere verurteilen und uns über ihre Handlungen beschweren, schauen wir immer nur außerhalb von uns selbst. Wir verpassen den Kernpunkt der Einsichtsübung. Das bedeutet, den Geist zu beobachten, der gerade die Urteile fällt, und nicht die Objekte der Urteile zu betrachten. Es bedeutet ein klares Bild dessen zu haben, was wirklich passiert und wo es passiert. Nicht außen. Nicht in der Welt. Nur in unserem Geist. Nur dort. Wenn wir wissen, wo wir die Wahrheit finden können, fallen alle unsere Problem und Urteile von uns ab.

Ein Meditationsmeister sagte einmal: "Niemand würde jemals weise dadurch, dass er andere kritisierte." Weisheit erlangen wir dadurch, dass wir auf uns selbst schauen, auf unser Ego und unsere selbstsüchtigen Wünsche nach persönlichem Glück. Wir sollten diese Wünsche so sehen, wie sie wirklich sind: eine unpersönliche Regung des Geistes. Nicht ich, nicht meins, nicht was ich wirklich bin. Die Qualitäten, die wir verkörpern wollen wie Freundlichkeit, Mitgefühl, Toleranz und Liebe: lasst sie einfach zu. Seid was

ihr wirklich seid. Lasst das Ego nicht im Weg stehen. Das Leben ist zu wertvoll dafür. Deshalb seid in eurem Leben glücklich. Geht tief in eure Meditation.

Und in eurer Liebe gebt freigiebig. Liebt offen und ohne Bedingungen. Liebe ist zu schön, zu wertvoll, um Teil des Tauschhandels des Lebens zu werden. Wir sollten sie freigiebig und ohne Erwartung auf etwas zurück verteilen. "Ich werde dich lieben, wenn du mich auch liebst": Das ist nicht Liebe, das ist Handel. Es ist die Liebe der Geschäftsleute. Sie kann niemals schön sein, und deshalb auch niemals stützen. Sie ist nur ein Spiel. Lasst euer Bedürfnisse nach Liebe von eurem wunschlosen Wunsch, Liebe zu geben, bestimmt sein. Lasst euer spirituelles Herz euer emotionales Herz verwandeln, und lasst euren Schmerz und euer Leid von euch abfallen in die Leere des Universums.



NACHSATZ

... und letzte Worte

Nachsatz & Hinweise

2.1 Einstieg in die Ratgeberreihe

Mit diesem „Livebook“ aus der „Livebook-Ratgeberreihe“ haben Sie einen ersten oder weiteren Schritt zu Informationen über ein neues bewusstes Leben in allen Lebensbereichen getan. Wenn nicht schon geschehen, dann sollten Sie nun vor dem Lesen weiterer „Livebook-Ratgeber“ die „Erstinformation zur Livebook-Ratgeberreihe“ lesen. Das ist schon deshalb von Bedeutung, weil Sie mit dieser „Erstinformation“ allgemeine Informationen zur Ratgeberreihe erhalten, die zu einem weiteren Verständnis der einzelnen Ratgeber erforderlich sind.

2.2 Verwendung & Anleitung

Die „Livebooks“ aus der Edition-Lifegate wurden zum einen geschrieben, um uns Menschen die Wahrheit über „was-wirklich-ist“ und „wer-wir-wirklich-sind“ zu vermitteln und zum anderen, als Anleitung, wie Sie und ich das spirituelle Leben (= Spiel) bewusst leben (= spielen) lernen, mit dem Ziel: Das Leben zu lieben.

Die Bücher und Schriften aus der „Edition-Lifegate“ - zu dem dieses Buch gehört - unterscheiden sich von vielen Büchern darin, dass an ihnen ein Anspruch haftet. Der Anspruch, dass wir Menschen durch diese Bücher die

Wahrheit über das wahrhaftige spirituelle Leben übermittelt bekommen und wir dadurch unser Leben grundsätzlich verändern können. Für wahr ein sehr hoher Anspruch, der auf diesen Büchern und somit auf diesem Buch lastet. Können diese Bücher bzw. kann dieses Buch diesem Anspruch gerecht werden. Ja - so weit der Schreiber und die Leser bereit sind, sich auf den Inhalt eines Buches einzulassen. Nur Schreiben und Lesen reicht nicht aus, damit der Anspruch - den auch dieses Buch an sich selbst stellt -, über die Wahrheit dessen „was-wirklich-ist“ und „wer-wirklich-sind“ uns Menschen als tiefe Gewissheit übermittelt und als Auswirkung in unserem Leben sichtbar wird. Wir müssen bereit sein, den Inhalt des Buches als ein Gespräch mit uns persönlich wahrzunehmen und in die Tiefe unseres Selbst als Wahrheit aufzunehmen.

Worum es also bei dieser „Livebook-Ratgeberreihe“ und den weiteren Büchern aus der „Edition-Lifegate“ geht, ist eine Kommunikation zu unserem Selbst und somit zu unserer Seele herzustellen. Wenn wir dazu bereit sind und es tun, haben wir auch damit den Kontakt zum göttlichen Bewusstsein hergestellt. Mit diesem Kontakt wird uns nicht nur über dieses Buch die Wahrheit übermittelt, sondern es bleibt ein ständiger Kontakt erhalten, über den wir unsere ganz speziellen Fragen beantwortet bekommen. Es ist für uns eine „erneute Möglichkeit“, diesen so wichtigen Kontakt für unser Leben herzustellen. Also zögern wir nicht, lesen und verarbeiten wir dieses Buch. Nutzen wir es als tägliche Lektüre sowie als Anleitung und Wegweisung zu einem neuen bewussten Leben. Schritt für Schritt wird sich unser Leben verändern und erneuern. Wenn wir es wollen, erleben wir in diesem Leben eine Wiedergeburt unseres Selbst, das uns zu einem völlig neuen Menschen werden lässt.

Allen, die sich mit akzeptieren der Inhalte der „Livebook-Ratgeberreihe“ und weiteren Büchern aus der „Edition-Lifegate“ auf dem wahrhaft spirituellen Weg begeben, muss gesagt werden, dass sich damit ihr Bewusstsein völlig verändern wird - genauer gesagt, verändern muss. Dieser Prozess bedeutet für uns, dass wir nicht nur zwangsläufig unsere bisherige Denkweise über das Leben in Frage stellen werden - nein ... wir werden uns davon lösen, davon distanzieren und nach und nach ein neues Denken annehmen. Es ist ein Prozess, der manchmal zu einem Zwiespalt unseres eigenen Selbst führt und daher auch Zweifel, Unbehagen und Unruhe mit sich ziehen kann. In dieser Phase müssen wir viel Geduld mit uns haben und viel Verständnis für uns selbst aufbringen.

Zu lange haben wir eine anerzogene, fremdbestimmte Variante unseres Lebens akzeptiert. Nun werden wir mit der wahren Lebensvariante - die alle Bereiche des Lebens betrifft - bekannt gemacht, die uns eine selbst erwählte, selbstbestimmte und selbstbewusste Lebensform aufzeigt. Diese Lebensform vermittelt uns völlige Freiheit - die uns alles Sein, Tun und Haben lässt, was immer wir uns wünschen und erwählen. Ist es nicht eine großartige Vorstellung? ... vielleicht für viele Menschen schon zu großartig, als das sie wahr sein kann. Und doch ist es so ... es ist wahr! ... glauben wir es.

Bei aller Großartigkeit, die uns diese neue Variante des Lebens bringt, müssen wir aber erst eine Umwandlung vollziehen - eine Umwandlung, die nicht immer ganz einfach ist. In dieser Umwandlung vom „alten“ zum „neuen“ Leben reicht der Glaube allein nicht aus. Wir müssen in unserem Innersten fühlen und wahrnehmen, das es so ist - das wir die Wahrheit kennengelernt haben und nunmehr nicht anders

können, als in dieser Wahrheit zu leben. Es ist die Gewissheit – die Wahrheit dessen „was-wirklich-ist“ und „wer-wir-wirklich-sind“ – die uns diesen neuen Weg sicher und beständig gehen lässt.

Da wir mit dem Lesen der Bücher aus der „Edition-Lifegate“ so viel Neues und bisher Unbekanntes kennenlernen, mag manchmal der Punkt kommen, dass wir einfach nicht weiter gehen können oder möchten ... Das ist völlig in Ordnung! ... Machen wir einfach eine Pause oder überspringen das Kapitel, suchen uns ein leichteres Kapitel und kehren irgendwann später zu diesem Kapitel zurück. Zwingen wir uns auf keinem Fall zum Lesen eines Themas, zu einer neuen Denkweise oder einem neuen Bewusstsein – das funktioniert nicht!

Der zu höherem Bewusstsein führende spirituelle Weg kann nur in Übereinstimmung und der als Wahrheit angenommenen Übermittlung begangen und erreicht werden. Jede Nichtübereinstimmung oder gar Zweifel in Bezug zur wahren übermittelten Spiritualität führt uns vom Weg ab und lässt uns nicht wachsen. Da es aber in der Spiritualität kein falsch und richtig gibt, wäre selbst das weder falsch noch richtig. Es mag sich lediglich zu unserem erwählten Lebensweg ein anderes Resultat ergeben, was dann unser Bewusstsein als falsch beurteilt.

Grundsätzlich möchte ich hierzu noch anmerken, dass kritisches Bewusstsein durchaus angebracht ist – denn bedingungslose Annahme einer Übermittlung ist ebenso wenig wünschenswert, wie grundsätzlicher Zweifel. Ob es sich bei der Übermittlung einer Information im Bezug zur Spiritualität um deren Wahrheit handelt, können wir nur in uns selbst wahrnehmen. Wir werden es fühlen, ob es so ist.

Um es konkreter zu sagen: Unsere Seele wird uns dieses Gefühl vermitteln, wenn wir Kontakt zu ihr herstellen. Unseren Geist sollten wir in so wichtigen Fragen wenig Vertrauen schenken, er wird diese Dinge aus oberflächlicheren Beweggründen beurteilen. Die Wahrheit zu allen Dingen und Fragen des Lebens erhalten wir nur über den Kontakt zu unserer Seele, die tief in uns verborgen ist. Es gibt in dem Leben eines jeden Menschen nur eine Wahrheit, und das ist seine eigene wahrgenommene Wahrheit. Vertrauen wir uns daher selbst – was mit Selbstvertrauen oder Selbstbewusstsein gemeint ist. Leben wir unsere eigene Wahrheit und nicht die Wahrheit anderer, dann werden wir wahres Selbstbewusstsein erlangen und erfahren, wer-wir-sind.

Zu diesem Aspekt folgender Hinweis: Die „Livebook-Ratgeberreihe“ und die weiteren Bücher aus der „Edition-Lifegate“ wurde/n aus der Wahrheit und der Überzeugung des Autors geschrieben - und muss daher nicht Ihre Wahrheit sein. Aber ... dieses Buch und auch alle weiteren Bücher aus der Ratgeberreihe „Edition-Lifegate“ kann/können als Anleitung dienen, dass Sie ihre eigene Wahrheit finden und danach leben!

Um eine tiefe Übereinstimmung der wahren Spiritualität in uns aufzunehmen und diesen Ausdruck unseres Lebens werden zu lassen, ist ein sehr langer – wenn nicht sogar lebenslanger – Prozess erforderlich. Das ist deshalb so, weil wir schon zu lange eine anerzogene, fremdbestimmte Variante unseres Lebens akzeptiert hatten. Was wir nun also erreichen möchten, ist eine Umwandlung unseres Bewusstsein als Übergang in eine neue Variante unseres Lebens – wozu die Bücher aus der „Edition-Lifegate“ geschrieben wurden und uns als Anleitung dienen werden.

Je intensiver wir die Inhalte der Bücher lesen und verarbeiten, und um so tiefer wir die neuen Erkenntnisse als Wahrheit in uns aufnehmen, wird sich Schritt für Schritt unser Leben verändern und wir zu einem völlig neuen Menschen werden. Hören wir also nicht auf, unserem neu erwählten Bewusstsein genügend neue Informationen und Erkenntnisse zuzuführen. Es wird danach verlangen, so wie der Körper nach der täglichen Speise verlangt.

Haben wir erst einmal von „dem wahren spirituellen Weg des Lebens“ Kenntnis bekommen, werden wir ihn auch gehen wollen. Nur lesen der „Livebook-Ratgeberreihe“ - sowie das Lesen anderer Bücher oder Gespräche über die Spiritualität - reicht nicht, sondern muss als Umsetzung in unseren alltäglichen Abläufen erfolgen. Die Vertiefung in unserem Bewusstsein findet durch die Intensität der Aufnahme statt. Je häufiger wir einzelne Bücher aus der „Livebook-Ratgeberreihe“ und weitere Bücher aus der „Edition-Lifegate“ lesen und verarbeiten, umso tiefer wird sich ein neues Bewusstsein einstellen und eine Umsetzung in allen Bereichen unseres Lebens erfolgen.

Die Bücher aus der „Edition-Lifegate“ werden nach und nach unsere treuen spirituellen Wegbegleiter, die uns in ein neues bewusstes, zufriedenes, harmonisches, friedvolles und frei erwähltes Leben führen. Dieses Leben werden wir lieben und als ein wunderbares „Spiel des Lebens“ neu entdecken!

2.3 Weiterreichung & Weiterempfehlung

Meine eigene Erwählung sehe darin, nicht nur ein Autor und Verleger von unterhaltsam lesenden Büchern zu sein - sondern, als spiritueller Bote die wahre spirituelle Lehre als

Licht (durch Bücher und Einbeziehung weiterer Medien) in das verdunkelte Leben von uns Mitmenschen zu tragen. Ein Grund, warum ich mit der Veröffentlichung der „Livebook-Ratgeberreihe“ und weiteren Büchern aus der „Edition-Lifegate“ nicht vordergründig an Geld gedacht habe, sondern an die Verbreitung des Lichts in Form eines neuen Bewusstseins.

Wenn sich dieses Licht als neues Bewusstsein unter allen Menschen verbreitet - wir Menschen uns also immer mehr von der bisherigen negativen Lebensform abwenden und uns auf den wahren spirituellen Weg begeben - erhalten wir damit die Chance, dass sich unser Leben auf diesen Planeten Erde grundlegend verändert, was einer neuen Schöpfung einer neuen Erde gleichkäme. Damit sich dieses Licht möglichst schnell und global über alle Bereiche flächendeckend verbreiten kann, benötigt das allumfassende Göttliche zu diesem Plan viele spirituelle Boten als Lichtbringer unter den Menschen. Ein Aufruf, der sich auch an Sie als Leser der Bücher aus der „Edition-Lifegate“ richtet. Halten Sie also bitte nicht das Lichtlein, das sich auch bei Ihnen durch das Lesen und Verarbeiten des Inhaltes der Bücher entwickelt, im Verborgenen. Vermehren Sie das Licht oder das Pfund (Hinweis zu einem Gleichnis in der Bibel), das Sie empfangen haben - das geschieht dadurch, indem Sie auch andere Menschen auf diese Ratgeberreihe aufmerksam machen. Es gibt einen schönen und passenden Spruch dazu: „Wer viel hat, kann auch viel geben!“

Ich freue mich, dass Sie mit diesem „Livebook“ Kontakt zur „Livebook-Ratgeberreihe“ und „Edition-Lifegate“ hergestellt haben und ich darüber Ihre Seele berühren konnte - und freue mich ebenso, wenn auch Sie weitere Seelen berühren. Ich verspreche Ihnen und allen Lesern, dass sich mit dem

intensiven Lesen und Verarbeiten weiterer Ratgeber aus der „Livebook-Ratgeberreihe“ Ihr Leben „Schritt für Schritt“ verändern wird - das immer mehr Licht in Ihr Leben dringt und damit sich ein neues Bewusstsein verbreitet. Ich wünsche Ihnen von Herzen, dass dieses neue Bewusstsein Ihr Leben auf wunderbare Weise verändert und „Freude, Liebe, Frieden, Harmonie, Gesundheit, Wahrheit, Reichtum, Freiheit und Selbstverwirklichung“ in Ihrem Leben Ausdruck findet. Ein Wunsch, den ich auch an jedem Menschen auf diesem Planeten richte - denn im Bewusstsein des Einsseins weis ich:

**Was ich einem anderen Menschen „Gutes“ zufüge,
das füge ich auch mir selbst zu!**

Ein kleiner Satz mit großer Tragweite ... Ein Satz der Lebensinhalt eines jeden Menschen sein sollte und der die Menschheit „Schritt für Schritt“ verändern würde - und somit das Leben auf diesem Planeten Erde. Ein Grund, warum ich dieses Bewusstsein gerne in meine Arbeit aufgenommen habe - weil ich jeden Menschen, weil ich Sie und weil ich mich selbst liebe!

Leben Sie ein bewusstes Leben im Einssein ... und leben Sie ein bewusstes Leben im „Jetzt“.

Ihr Karl-Heinz In den Birken

Kontakt & Infos

Wenn Sie mir schreiben möchten:

**Lifegate - Karl-Heinz In den Birken
Weidenbrink 1, 32289 Rödinghausen
E-Mail: idb-info@web.de**

Mehr Informationen über Livebooks
erhalten Sie auf meiner Homepage unter:

www.ebooks-buchshop.de/livebooks
