

Liebe als Haltung – Aspekte einer bewussten Liebes- und Lebenskultur

Von Ina Meyer-Stoll

Wir wollen eine Kultur, die fragt:

Was dient dem Wachstum der Liebe?

Wie sieht eine berührbare Gesellschaft aus, wo wir uns wieder für Vertrauen entscheiden, statt der Trennung zu folgen?

Haben wir ein Bild von Leben, das die Gewaltigkeit und Intensität mit einschließt wie z. B. unsere Größe, unsere Kraft, unsere Lust, unsere grundsätzliche Verletzlichkeit?
Wir wollen die Liebe wieder integrieren in den großen Kreislauf des Lebens.

*Oh, welch ein Unglück, welch eine Verstümmelung der Liebe, als sie zu einem persönlichen, rein persönlichen Gefühl wurde, getrennt vom Auf- und Untergehen der Sonne, abgeschnitten von der magischen Verbindung zu den Sonnenwenden und Tagundnachtgleichen! Das ist es, woran wir kranken, **wir bluten an den Wurzeln**, denn wir sind von der Erde, der Sonne und den Sternen abgeschnitten, und die Liebe ist ein grinsendes Possenspiel, weil wir sie, die arme Blüte, von ihrem Stengel am Baum des Lebens gepflückt haben. Und wir erwarten, daß sie in unserer zivilisierten Vase auf dem Tisch weiter blüht. D.H. Lawrence*

Wenn unsere Sehnsucht größer wird als die Angst, wird Mut geboren. Ohne die Sehnsucht machen wir uns nicht auf den Weg.

Eros und Liebe sind Grundkräfte des Lebens. Sie gehören mir nicht, sie sind keine privaten oder persönlichen Errungenschaften. Sie sind natürlich und jedem Menschen innewohnend. Ihre Ausdrucksformen sind unermesslich.

Wir wollen Liebe als Feld, als Kultur wieder herstellen. Jenseits von Konventionen und Verträgen.

Voraussetzung dafür ist es, den geistigen Raum größer werden zu lassen als unsere Konditionierungen, Identifikationen und Gewohnheiten. In diesem großen geistigen Raum geben wir der Angst einen guten Platz und erlauben uns wieder, weit und liebevoll zu werden. Eine neue Perspektive kann aus der Weite gesehen werden, und wir fangen an, ihr entgegen zu gehen. Nicht allein, sondern zusammen. Auf dem Boden von Vertrauen und von Dürfen, nicht mehr müssen, aber wieder bewusst wollen dürfen.

Die Vision, das, wo ich hin will, geht Hand in Hand mit der Erinnerung, was ich als Ahnung schon kenne und gefühlt habe. Sie überlappen sich und erzeugen mehr und mehr eine stimmige Ausrichtung und geben Orientierung. Im Gemeinsamen machen wir unsere Wachstumsbewegung, sehen uns darin, unterstützen uns dabei, den Weg zu gehen, der manchmal auch steinig, bzw. herausfordernd ist. Wir beginnen zu sehen, dass es möglich ist, Intimität und Freiheit zu verbinden.

Wir wollen ein Feld von Gelingen schaffen, aus dem eine Kultur hervorgeht, in der der Mensch als großes, kraftvolles und verletzliches Wesen hineinpasst.

Ich möchte jetzt drei Aspekte tiefer beleuchten:

- Wie richte ich mich aus? Verbindung mit der Quelle
- Liebe als Haltung
- Ein neuer Treuebegriff

Die Bausteine dafür sind:

Vertrauen unter Menschen und **gegenseitige Unterstützung**. Vertrauen ist hier gemeint als eine tiefe Entscheidung für meinen Weg in Liebe. Damit ist nicht das Gefühl gemeint, dass du nichts machst, was mir unangenehm sein könnte. Zwei Liebende sind mit den Themen, die eine Beziehung sichtbar macht, fast immer überfordert. Wir treffen eine bewusste **Vereinbarung, dass wir zusammen für die Liebe gehen**. Dann räumen wir Stück für Stück das aus dem Weg, was der Liebe im Weg steht. Darin sind wir verbunden, als Weggefährten. Liebe ist Klarheit.

Wahrhaftigkeit nährt unseren Kontakt. Liebe und Eros ohne Wahrheit haben keine Überlebenschance auf Dauer. Wir trauen uns wieder, Wahrheit auszusprechen, weil wir nicht mehr voreinander weglaufen. Darin sind wir eingebettet in einen Kreis von Menschen, denen ich wieder voll vertraue, weil wir gemeinsam ausgerichtet auf dem Weg der Liebe und der Wahrheit sind.

Wie finde ich Orientierung?

Ich muss mich mit meiner Quelle wieder tief anfreunden:

Die Quelle ist der innere Ort, wo ich liebe, wo ich angenommen und einzigartig im Leben bin. Das ist mein Zuhause, das mir niemand nehmen kann. Da bin ich mit allem Leben verbunden.

Die tiefe Erinnerung daran, wie ich gemeint bin.

Es gibt einen Teil in meinem Innersten, der das weiß. Ich muss diesen Raum in mir regelmäßig aufsuchen und diese höhere Warte in mir pflegen. Er ist mein innerer Kompass.

Meine Quelle ist mit allen Wesensanteilen von mir verbunden, sie ist immer mit Eros und mit Bewusstsein verbunden, weil das meine Kraft ist, die mir als Geburtsrecht zur Verfügung steht. Es geht nicht darum, dass alles ausgedrückt und gelebt werden will, aber unsere Lebensquelle ist erotisch und liebend.

Wir wollen einen anderen inneren **Referenzpunkt** aufbauen, wo wir uns auf das Göttliche beziehen statt auf Angst und Schmerz. Der Referenzpunkt ist das Licht, die Essenz, der wirkt dann als Reflektion wieder in unser alltägliches Leben hinein. Das braucht tägliches Training, am besten mit anderen Menschen, die auch ihre Quelle in sich stärken wollen.

Auf die Quelle und die Liebe ausgerichtete und darin verankerte Gedanken helfen, die Ausrichtung zu halten, wenn Emotionen mich ins Schwanken bringen. Es ist ein dauerhaftes Training, nicht mehr den Gewohnheiten von Trennung zu folgen und uns immer wieder an die Liebe zu erinnern.

Liebe ist keine persönliche Kraft. Das ist eine der tiefsten Verirrungen unserer Kultur. Wir sollen glauben, dass Liebe nur etwas zwischen zwei Menschen ist, etwas ganz Exklusives. So werden wir von unserer Lebensquelle abgeschnitten, bzw. wir schneiden uns selber immer wieder ab. Liebe ist immer da, durchweht alles Leben, ist eine universelle Kraft.

Das ist es, was wir hier weitergeben wollen.

Liebe als Haltung: Inspirationen von W. Nelles

Die Liebe des Herzens ist keine Beziehung, sie ist ein Zustand.

Es geht darum zu lieben. Liebe hat eine einzigartige Qualität: Sie verbraucht sich nicht, sondern sie wächst, je mehr man liebt. Das Lieben selbst ist der Fluss, das Lieben selbst ist die Nahrung. Das Lieben erfüllt uns und macht satt, das Geliebt-Werden folgt dem Lieben wie ein Schatten. Dies ist das Lieben.

Alles, was zählt, ist die Frage: Liebe ich genug?

Liebe ist nichts Persönliches. Sie ist eine Kraft, die jenseits von uns existiert, eine universale Kraft, etwas ganz Eigenes, von dem der Einzelne ergriffen werden kann. Sie existiert unabhängig davon, ob wir sie wahrnehmen oder nicht. Sie ist nicht machbar, sie IST einfach. Sie entsteht nicht aus dem Nichts. Sie war immer schon da, in uns und um uns herum. Sie wird nur wieder geweckt. (Wilfried Nelles)

Bleiben wir im Herzen, wenn der Mensch, den wir lieben, sich in jemand anders verliebt? Oder sich nur sehr für eine andere Frau, einen anderen Mann interessiert? Mit ihm oder ihr schläft oder auch nur den Wunsch hat, es zu tun? Bleiben wir in der Liebe, wenn unser Partner in einer Sache, die uns wichtig ist, eine ganz andere Meinung hat oder sich ganz anders verhält, als wir es für richtig halten? Bleibst du in der Liebe, wenn du Lust auf Sex hast und er/sie nicht? Bleibst du in der Liebe und im Herzen, wenn der andere plötzlich einen anderen Lebensweg einschlägt als bisher, wenn ihm etwas anderes wichtig wird? Oder wenn du selbst einen neuen Weg einschlägst und der andere dich nicht versteht und deine neue Begeisterung nicht teilen kann?

„Fremdgehen dürfen“ setzt in der Seele einen Wachstumsprozess voraus. Das gelingt nur, wenn wir, egal was geschieht, in der Liebe bleiben; wenn wir, egal was geschieht, unser Herz offen halten oder wenn wir zumindest immer wieder dorthin zurückkehren, falls wir uns denn doch einmal abgewandt und verschlossen haben.

Liebe heißt Zustimmung zur Wirklichkeit, so wie sie ist; Zustimmung zu einem Menschen, so wie er ist; und auch: Zustimmung zu mir, so wie ich bin. Wenn ich nichts anderes brauche, bin ich frei. Diese Freiheit ist auch nicht Unabhängigkeit, sondern beinhaltet die Anerkennung der wechselseitigen Abhängigkeit, die Anerkennung unseres Angewiesenseins auf andere.

Ich mach mich zum Kanal für Liebe mit Haut und Haar, Herz und Seele.

Daraus entfaltet sich wie von selbst ein **neuer Treuebegriff: Treue zur Liebe, Treue zum Weg des Einlassens aufs Lieben und Liebe annehmen.**

Treue heißt dann: „Ich will wissen, wer du wirklich bist.“ - und immer tiefer: „Ich sehe dich und unterstütze dich auf deinem Weg. Ich gebe mich dir ganz und übernehme Verantwortung für mein Wachstum.“

Treue beinhaltet die Entscheidung, meiner Liebe zu folgen und aufzuhören wegzulaufen.

Du kannst deinen Partner oder jemand anderen nicht verwandeln. Doch du kannst einen Raum herstellen, in dem Transformation möglich ist, in den Gnade und Liebe eintreten können.
Eckhard Tolle