

Liebesfähigkeit

Liebe ist die Öffnung der Sinne, achtsame Zuwendung, Kontemplation, Annahme.

Ein Blick durch wohlwollende Augen, sanft, zärtlich, liebevoll, und wissend, dass die Welt immer nur ein Spiegel ist. Liebe ist kein magisches Ereignis des Schicksals das nur für auserwählte Seelen bestimmt ist. Liebe ist die Bereitschaft die Welt mit Kinder-Augen zu betrachten, neugierig, unvoreingenommen und offen, völlig versunken im Moment.

Liebe ist kein Konsumgut das sich besitzen lässt.

Zu lieben ist eine aktive Entscheidung, die in jedem Augenblick aufs Neue gefällt werden kann.

Liebe ist ein Schmetterling, dessen Schönheit dem gebührt, der ihn andächtig betrachtet und nicht nach seinen Flügeln hascht.

Zu lieben ist eine Kunst, ein Weg, ein Lernprozess.

Der beste Lehrer auf diesem Gebiet, ist das Leben selbst.

Zu lieben heißt sich zu erinnern und Zuhause ankommen zu dürfen.

Als Kinder waren wir alle noch Meister, doch unsere Vorbilder haben uns verwirrt.

Liebe ist die Freiheit von Angst. Das Gefühl bedingungslos angenommen zu sein, so wie wir sind, fest an die Mutterbrust gedrückt, in Sicherheit, behütet und bestens versorgt. Doch auch diese Symbiose birgt Fallen- das Kind ist ausgeliefert, hilflos, abhängig, von seinem Wirt, dessen Motive es nicht kennt. Die Liebe der Eltern war häufig an Bedingungen geknüpft, eingesetzt als Belohnung für angepasstes Verhalten, erhält sie den bitteren Beigeschmack der Manipulation. Geliebt wurden nur die sozial-erwünschten Aspekte, denn in einer leistungsorientierten Welt, bleibt wenig Verständnis für den Wunsch der Seele einfach sein zu dürfen.

So verurteilen wir uns selbst als Erwachsene noch für unsere „Schattenseiten“, anstelle unserer Eltern, haben wir die Eigenschaften abgelehnt und verdrängt, die unserem Idealen-Selbstbild nicht entsprechen. Diese Prägungen beherrschen unser Denken, sie dirigieren unser Handeln, machen uns zu Marionetten die die Ketten der eigenen Erziehung nie sprengen konnten. Die

Rollen unserer Kindheit spielen wir solange bis wir es schaffen auszubrechen aus Mustern, die uns als Realität verkauft worden sind. Glaubenssätze durch die wir uns definieren und uns limitieren lassen.

Liebesfähig zu sein, heißt alles Gelernte zu vergessen.

Wer bin ich ohne meine Gedanken?

Und wer bist DU wirklich, hinter der getrübe Linse meiner Bewusstseinsfilter?

Bist du selbst der Liebe fähig?

Der Liebende wird schnell belächelt, hart sind die Urteile des Verstandes. Rigide Gedanken-Gefängnisse sorgen für Trennung, Abspaltung und Distanz. Der Verstand hat Angst davor die Kontrolle zu verlieren und wehrt sich mit Händen und Füßen davor, den inneren Krieg zu beenden, zur Ruhe zu kommen, still zu sein, Frieden zu finden.

Er möchte seine Macht nicht aufgeben, er möchte sich beweisen, er möchte seine Ideologien über die der anderen stellen, recht behalten-koste es was es wolle.

Er fürchtet sich davor sich aufzulösen in der Unendlichkeit des Seins.

Gefühle sind alles andere als berechenbar und steril, sie sind aufwühlend, chaotisch, verwirrend und sorgen dafür, dass die Achterbahn-Fahrt Leben niemals langweilig wird. Sie machen uns fehlerhaft, angreifbar, schwach, verletzlich, mitfühlend, empfindsam, menschlich.

Gefühle stecken an und verbinden, sie überwinden die Trennung zwischen mir und dir, berühren und machen Begegnung erst möglich.

Liebesfähig zu sein heißt, die Welt mit offenen Armen zu empfangen und zu wissen, dass jedes Leid in Liebe überwunden werden kann.

Liza Mie

(Art: Kristen Marie)

Dr. Christian Borck
Leintobelweg 13
88175 Scheidegg-Lindenau

Die Welt braucht nicht in Ordnung gebracht zu werden;
die Welt ist die Verkörperung der Ordnung.
An uns ist es mit der Ordnung in Einklang zu kommen.