

**Beherzt - leben – lieben – lernen
vom 25.4.2017**



Liebe ist ...

Überall auf Erden wird von Liebe gesprochen, in den Religionen, den esoterischen Bereichen, der Therapie, in der Partnerschaft, der Familie, Liebe ist ein häufig gebrachter Ausdruck.

Doch was ist gemeint, wenn von Liebe die Rede ist?
Was meint es in jedem einzelnen Menschen zum Thema LIEBE?

Spür am besten in Dich selbst hinein, was in Dir zu dieser Frage auftaucht.

Was ist Liebe?

Am häufigsten wird der Begriff Liebe im Zusammenhang mit Partnerschaft verwendet, wie die Liebe innerhalb der Partnerschaft erhalten und gepflegt werden kann.

Fast immer wird LIEBE in den Zusammenhang einer Beziehung zu anderen Menschen und lebendigen Geschöpfen gesetzt. Doch ist das wirklich Liebe, was wir im Gefühl der Zusammengehörigkeit, die leicht zu Abhängigkeit, gegenseitiger Bedürfnisbefriedigung, Ekstase oder Macht- und Ohnmachtsgefühlen führt, erleben? Ist es wirklich Liebe, wenn sie einen Anspruch an andere stellt? Ist Liebe wirklich das Gefühl, nach dem wir uns in

Beziehungen sehnen, ja nach dem wir süchtig werden können? Oder ist Liebe viel mehr als das was uns über sie erzählt und verkauft wird?

In all den obigen Fällen wird Liebe als ein Gefühlszustand beschrieben der aus dem Verhalten der Menschen zueinander entsteht, also über Handlungen erzeugt werden muss.

Liebe und Mangel

Ich kann mich des Eindrucks nicht erwehren, dass wir Menschen uns gerade hierin große Fallstricke erschaffen, sind wir in dieser Definition doch immer von Aktionen und Reaktionen anderer abhängig. Führt nicht eben diese Abhängigkeit dazu, dass Enttäuschung im Schlepptau dieser Art von Liebe unausweichlich wird?

Nicht erfüllte Erwartungen und Bedürfnisbefriedigung durch andere schlägt dann schnell in das Gegenteil um und erzeugt Mangelgefühle, die Angst auslösen und zu Reaktionen führen, die dazu dienen, diese Ängste nicht zu spüren. Dominieren oder sich unterwerfen, Opfertum und Täterschaft, Machtgehabe und Vorwürfe, Ablehnung und Rechthaberei, Wut und Hass, Ausgrenzung und Selbstgefälligkeit, Leid, Gewalt und Krieg werden zum hässlichen Gegenpol und Begleiter dieser Art von Liebe.

Ist hier nicht irgendetwas grundlegend falsch gelaufen in unserem Verständnis des Menschseins?, so frage ich mich.

Liebe als Haltung anstelle der Liebe als Gefühl

Immer mehr komme ich zur Schlussfolgerung, dass dieses „Gefühl von Liebe“, nicht das ist, womit unser Schöpfer uns Menschen beschenkt hat, sondern dass mit Liebe etwas anderes gemeint war.

Trennen wir mal Liebe von den Gefühlen, welche, die uns bisher hinlänglich bekannte und von vielen Seiten verkaufte Liebe, in uns auslösen. Gefühle nach denen die Menschen süchtig werden, so dass sie alles unternehmen um sie zu erleben.

Stellen wir die Liebe, abgelöst vom Gefühlszustand, alleine und betrachten wir sie.

Liebe bekommt dann eine andere Dimension, sie wird zu einer Art des Bewusstseins, einer Haltung. Dem Leben, den Geschöpfen, der Natur, den Dingen und Ereignissen in einer Haltung von Liebe zu begegnen, ist eine bewusst getroffene Wahl, die von eigener Annahme und Zustimmung, dessen

was sich zeigt, geprägt ist. Diese Liebe geht mit Annahme und Zustimmung einher, was nicht gleichbedeutend damit ist etwas gut zu heißen, das offensichtlich leiderzeugende Folgen hat.

Doch wohin sind wir Menschen gekommen mit urteilender und ablehnender Weise? Erzeugen wir nicht genau dadurch mehr Gegeneinander als Verständnis und Miteinander?

Liebe ist

Liebe, aus der wir gemacht sind, die als Grundsubstanz unseren Körper auf wundersame Weise aus dem Zusammenkommen von Ei und Samenzelle wachsen und gedeihen lässt, und dies auf perfekte Weise, diese Liebe fragt nicht, diese Liebe bedarf nichts, diese Liebe „ist“ einfach. **Liebe ist!**

Sie ist nicht abhängig von Anerkennung und Bewunderung, sie ist und wirkt.

Gefühle

Das Unterdrücken von Gefühlen, so wissen wir, führt zu Energieblockaden in unserem Körper, zu Unwohlsein und in letzter Konsequenz zu Krankheit. Ist nicht die Unterdrückung von Gefühlen letztendlich genau darauf zurückzuführen, dass wir „Liebe als Haltung“ mit dem „Gefühl von Liebe“ verwechseln?

Letzteres führt zu Enttäuschung und Abhängigkeit, während Liebe als Haltung frei bleibt. In der Welt der Polarität steht der Liebe als Gegenpol die Angst gegenüber.

Liebe und Angst – Haltung oder Gefühl

Mit der Angst verhält es sich genauso wie mit der Liebe. Auch Angst kann ein Bewusstseinszustand, also eine Haltung, oder ein Gefühl sein.

Angst als Haltung ist die Folge bewusster oder unbewusster Wahl, die wir übernommen haben. Sie ist eine gewisse Grundenergie, die hier auf Erden herrscht und die Menschen ins Handeln bringt, wenn nicht sogar ins Handeln zwingt. Angst wird als Instrument benutzt um Menschen von ihrer Grundenergie, die Liebe ist, zu trennen. Sie wird benutzt um die Menschen gefügig zu machen. Sie wird benutzt von denjenigen Menschen, die „Liebe als Haltung“ mit dem „Gefühl von Liebe“ verwechseln und damit ihrer Angst vor zu wenig, vor Mangel, zu entfliehen versuchen.

Über viele Jahrtausende hat dieses Muster der Angst sehr gut funktioniert und die Menschen auf Trab, weg von der Liebe die sie sind, gehalten.

Unterscheidung von Gefühl und Haltung

Wer im bejahenden Fühlen sich selbst heilen, sich selbst lieben, sein Glück wieder in Besitz nehmen will, darf lernen zu unterscheiden zwischen Gefühl und Haltung.

Die Liebe als Haltung kann allen Gefühlen in Liebe begegnen, sie kann Gefühle jedweder Art durch den Körper fließen lassen.

Die Angst als Haltung führt unweigerlich zum Blockieren von Gefühlen, sie lebt aus der Gegenwehr anstatt der Annahme, wie die Liebe es tut. Aus der Haltung der Angst werden Feindbilder projiziert, denen dann die abgelehnten Gefühle um die Ohren gehauen werden. Sie werden an ihnen ausgelebt oder sie werden angeklagt und beschuldigt.

Wer solche Situationen erlebt und sich in diesen Situationen prüft, wird immer dieses Muster in sich finden, dass die Gefühlsabwehr aus der Haltung von Angst geschieht. Meist folgt dann Reue, die uns im Paket der Selbstverurteilung und Schuldgefühle als Liebe verkauft wurde.

„Angst als Haltung“ führt auch zum „Gefühl von Liebe“ das abhängig macht, das nicht genug sein könnte, das verloren gehen kann, usw.. So wird dann im Namen der Liebe (dem Gefühl von Liebe) gehandelt, die nichts anderes ist als die verkleidete Angst.

Die Freiheit der Wahl

Jeden Augenblick haben wir Menschen die Fähigkeit frei zu wählen, neu zu wählen. Bin ich in der Haltung von Liebe oder in der Haltung von Angst?, ist die einfache Frage.

Wenn Gefühle auftauchen: „Stehe ich ihnen in Liebe oder in Angst gegenüber?“ Erst wenn diese Frage geklärt ist, kann bejahend gefühlt werden, können diejenigen Gefühle in Liebe angenommen werden. Dies heißt nicht sie auszuagieren, sondern sie wie ein kleines Kind in den Arm zu nehmen und wieder durch den Körper fließen zu lassen. Damit lösen sich körperliche Blockaden.

Zum Spiegel der Liebe werden

Wer dies für sich erlebt hat, der kann in anderen Menschen erkennen, ob sie aus „Liebe die ist“, oder aus dem „Gefühl von Liebe“, heraus handeln. Und wer sich selbst in der Haltung von Liebe begegnen und sich annehmen kann, entdeckt diejenige Liebe, die einfach ist, die niemals weg war, welche die Grundsubstanz des menschlichen Wesens ist, in sich.

Wer sie in sich entdeckt hat, kann sie in anderen sehen. Schon alleine dieses Sehen von Angst oder Liebe im anderen, in der Haltung von Liebe, verändert die Beziehung, ist der Grundstoff für menschliches Zusammenleben auf neue Art, erschafft eine Neue Zeit, nach der sich die Menschen sehnen.

So wünsche ich Euch klares Bewusstsein für die Gnade der bewussten Wahl für die Liebe, die ist!

„Ich bin bereit mich zu öffnen für die Liebe“, dieses obige Eingangsbild entstand auf einem meiner Seminare von der Life-Painting Künstlerin Ute Spingler. Damit ist der Geist obiger Worte im Bild manifestiert.

Herzliche Grüße

Helmut Laber