

Jürgen Schröter

Das DAO der Liebe

Bedingungslose Liebe lernen
Vollkommene Liebe erfahren

Ein Mann reflektiert
sein Liebesleben

Jürgen Schröter

Das DAO der Liebe

Bedingungslose Liebe lernen

Vollkommene Liebe erfahren

Ein Mann reflektiert sein Liebesleben

*Meiner großen und ersten Liebe Elke Schultes gewidmet,
die mich die Zärtlichkeit der Liebe lehrte.*

Bibliographische Informationen der Deutschen Nationalbibliothek: Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliographie; detaillierte bibliographische Daten sind im Internet über dnb.dnb.de abrufbar.

Die Automatisierte Analyse des Werkes, um daraus Informationen insbesondere über Muster, Trends und Korrelationen gemäß § 44b UrhG („Text und Data Mining“) zu gewinnen, ist untersagt.

© 2026 Jürgen Schröter

Lektorat und Korrekturat: Laura Baumanns

Auflage NULL = Proof-Exemplare

Verantwortlich im Sinne des Presserechts:

Jürgen Schröter, Lavendelweg 8, CH-6280 Hochdorf (LU)

email@juergen-schroeter.de

Druck: Libri Plureos GmbH, Friedensallee 273, 22763 Hamburg

Verlagsauslieferung: BOD, Überseering 33, 22297 Hamburg

<https://juergen-schroeter.de>

<https://www.wahre-liebe.one>

ISBN: 978-3-6957-3323-1

Inhaltsverzeichnis	3
Vorwort	6
Einführung	8
Die Geburt der Neuen Menschheit in ihrer Vollkommenheit: JETZT	12

Teil I	
Autor(inn)en über die Liebe	16
Shulamith Sirestone: Frauenbefreiung und sexuelle Revolution	17
Erich Fromm: Die Kunst des Liebens	20
Franz Alt: Liebe ist möglich Die Revolution der Liebe	24 25
K.O. Schmidt: Die Religion der Bergpredigt	26
Jürgen Schröter: Ich bin, der ich bin	31
Inge von Wedemeyer: Weltformel „Liebe“	33
Paul Ferrini: Zusammen wachsen	36
Berry Long: Sexuelle Liebe auf göttliche Weise	42
Sam Keen: Königreiche der Liebe	44
Chérie Cater-Scott: Wenn die Liebe ein Spiel ist ...	52
Bob Hoffman: Entfaltung der Liebe	55
Ingrid und Kurt Bauer: Tritt aus deinem Schatten	59
Colin C. Tippling: Wachsen in der Liebe	61
John Welwood: Vollkommene Liebe	68
Ken Keyes: Bedingungslos lieben lernen	70

Teil II – Das Dao (Tao) der Liebe	
Eigene Erfahrungen und Gedanken	72
Philosophie der Liebe	74
Der Daoismus als philosophisches System	79
Das WIR als Paar ist das DAO der Liebe	85
Ist Wahre Liebe überhaupt möglich?	86
Frauen als Beziehungswesen	88
Mutter- und Vaterliebe	90
Selbstliebe = das verletzte Kind heilen	92
Gottesliebe	93
„Auf der Suche nach dem verlorenen Glück“	94
Können wir lieben lernen?	97
Vollkommenheit und Perfektionismus	98
Verletzte Liebe und Narzissmus	99
„Du spiegelst mich!“	100
Mann und Vater	101
Die Dualseele (Zwillingsseele)	108
Der Weg zum WIR (Wie geht es uns als Paar?)	109
Die dritte Sache: unser WIR	113
Eat, Pray, Love: das Jawort	144

Teil III - Der Praxis-Weg des Dao in der Liebe	148
Begrifflichkeit	149
Vier kulturelle Zentren der Menschheit	153
Vier Ebenen der Beziehung: der Tanz des WIR	156
Acht Stadien der Paar-Entwicklung (nach Chuck Spezzano)	158
Um die Liebe kämpfen? – Ja, aber anders!	166
Das PAAR ist der Mensch	172
Maria: der Trumpf des unbefleckten Herzens	175
Nachklang 1: Sarah – Bin ich ein Sugar-Daddy?	178
Nachklang 2: Laura – macht ein „karmische Beziehung“ alles leichter?	184
Nachklang 3: Jürgen wird karmafrei	187
Die Rache von Evas Töchtern – das Ende des Patriarchats	202
Am Ende steht dann der Satz: Alle Männer sind Schweine	208
Übungen in „bedingungsloser Liebe“	213
Nachleben	221
Verwendete und vertiefende Literatur	226
Bücher von Jürgen Schröter	246
Einladung zum Online-Seminar	247
Einladung zum Präsenz-Seminar	248
Ausbildung zum Ehe-und Partnerschaftsberater/in	249

Vorwort

Ich habe über sechs Jahre (2019 – 2026) in der Schweiz gelebt; dieses Werk ist als letztes in der Schweiz entstanden, bis ich wieder nach Südfrankreich zu meiner Familie (Sohn Arne und die beiden Enkel Mika und Anouk) zurückgezogen bin. Vor dem Umzug in die Schweiz habe ich bereits 6 Jahre von 2012 -2018 dort im Bergdorf MARS (Cévennen; Departement Gard) gelebt. In der Schweiz im KMU Hochdorf (Kanton Luzern) hatte ich einen großen Büroraum, der meine ganze Bibliothek noch fassen konnte, so dass ich hier auf mein Wissens-Reservoir in der Form von ca. 5000 Büchern beim Schreiben zurückgreifen konnte¹. Mir war klar, dass **meine Bibliothek ein abschließendes Werk von mir erwartete, bevor ich sie zu einem erneuten Umzug nach Südfrankreich in den „Ruhestand“ wegen tonnenschwerem Ballast auflösen musste**. Diese Auflösung meiner Bibliothek fühlte sich an wie eine Amputation eines Teils meines Gehirns – so ist meine Bibliothek mit mir zusammengewachsen. „Loslassen!“ wurde zur ultimativen Parole und Herausforderung, ein Akt, der meine letzte Lebensphase meiner Inkarnation dominieren würde.

Ich sehe **meine „übermenschliche“ Bibliothek** durchaus auch kritisch als Manifestation meiner Sucht, die ich einmal so formuliert habe: Ich bin mehr Lesewesen als Lebewesen. Mein „Waldbaden“ ist eher ein Baden in bedrucktem Altpapier aus Bäumen.

1 Mein „Lebenswerk“ ist das Konzept einer „Heiligen Wissenschaft“.

Nun gut, endlich ist die Zeit für mein „geistiges Testament“ – was ist als Essenz meines Lebens „unter dem Strich“ heraus gekommen? **Ein Buch über „bedingungslose Liebe“ zu schreiben, scheint mir tatsächlich ein schöner Abschlussakkord meines Lebens und meiner Lebens-Erfahrungen zu sein!**

Ich habe das Buch während eines 5-tägigen Fastens (17. bis 21.4.2026) begonnen. Ich bin seit über 35 Jahren fastenerfahren, so dass ich weiß, dass ich in der Zeit des Fastens sowohl körperlich wie auch geistig-seelisch in Bestform bin und gut „angeschlossen“.

Anfänglich ergab es sich so, dass ich wieder das Bedürfnis in mir verspürte zu fasten, dass es wieder Zeit sei. Dann erkannte ich die **Synchronizität meines schon eingesetzten Fastens mit dem Schreiben meines Buches und setzte das Fasten und die Meditation bewusst als spirituellen Impuls für das Schreiben ein.**

Einführung

In der Antike unterschieden die Philo-Sophen („Freunde der Weisheit“²)
vier Arten der Liebe:

1. **Liebe als Agape.** Das ist **die wahre, bedingungslose Liebe.**
Der Urzustand dieser Liebe ist die Göttliche Liebe. Auf der menschlichen Ebene ist niemand dieser Liebe fähig (ausgenommen Wesen wie Jesus, Buddha und andere Meister). Mitgefühl (Empathie) als ein „Mitleiden“ am Schicksal anderer Menschen zu fühlen, gehört in diese Kategorie der Liebe. Diese Liebe geht weit über den Körper hinaus. Es ist eine allumfassende spirituelle Liebe. Ich habe diese Liebe erfahren. Bei einem morgendlichen Spaziergang mit meinem Hund Scott (von der Rasse ein Samojede) übermannte mich plötzlich das Gefühl: **Gott liebt mich bedingungslos!** Später interpretierte ich dieses Gefühl als mein erstes Erleuchtungs-Erlebnis. Und es wurde mir auch klar, dass für dieses Erlebnis Scott mein Seelenbegleiter war. Denn wir lebten schon seit einiger Zeit eine bedingungslose Liebe (solange wir Hunde nicht zum Dressur-Objekt machen).

2 Pythagoras war wohl der erste Mensch der griechischen Antike, der sich „Philosoph“ nannte. Ihm schien der Begriff „Weiser“ (Sophia = Weisheit) zu hochtrabend und nannte sich lieber „Freund der Weisheit“ = Philo-soph

2. **Liebe als Eros, als sexuelle Anziehung und Begierde.** Dies ist eine weitgehend körperliche Liebe. Eigene körperliche Bedürfnisse wollen befriedigt werden: „Ich brauche täglich meinen Sex, um nicht unausstehlich zu sein.“ – als Beispiel-Statement. Typisch für diese Art der Liebe sind **die verschiedenen Facetten des Narzissmus** als „Verkauf der eigenen, reifen Seele“, um in der eigenen Bedürftigkeit Aufmerksamkeit zu erregen („Ich bin ja so bedürftig – und brauche dich, kann ohne dich nicht mehr leben!“). Dazu gehört auch Co-Abhängigkeit, die Abhängigkeit von einem narzisstischen oder süchtigen Partner.
3. **Liebe als Philia,** als tiefe Freundschaft (in der Familie), „brüderliche Liebe“, die Liebe zwischen Zwillingen. Es bleibt oft das Ende einer sexuellen Liebe: „Lass uns Freunde bleiben.“ Andere sind überzeugt, zwischen Mann und Frau hat jede Freundschaft auch eine erotische Komponente. Pure Freundschaft zwischen Mann und Frau sei nicht möglich.
4. **Liebe als Storge,** als die **spezielle Liebe zwischen Eltern und Kindern,** die die Familienbande zusammen hält; dazu kann man auch die „Nächstenliebe“ zählen. Die kann man im erwachsenen Alter wohl nur als Eltern erleben, die für das Wohlergehen der Kinder in dieser Art der Liebe bleiben wollen und (zum Beispiel) Weihnachten zusammen zu feiern; vielleicht dann und wann auch einen „Familienurlaub“ verbringt, bis die Kinder flügge sind und das Nest selbst verlassen.

Mir ist natürlich bewusst, dass ich nicht der erste Mensch bin, der über „bedingungslose Liebe“ philosophiert. Darüber hinaus habe ich – neben meinen eigenen Lebenserfahrungen – auch aus Büchern von verschiedenen Autoren gelernt, die ich hier in Dankbarkeit und Respekt als ihr „Schüler“³ besprechen möchte. Dabei möchte ich die Bücher nicht nach-erzählen, sondern die Autoren ausführlich selbst zu Wort kommen lassen (lies: sie ausführlich zitieren). Viele dieser Bücher sind selbst antiquarisch kaum noch erhältlich, um so wichtiger ist es für mich, sie ausführlich mit erweiterter Quellenangabe zu zitieren.

Ich habe davon **zwölf Bücher über die bedingungslose Liebe ausgewählt**, die ich hier als Einleitung zu meinen eigenen Gedanken besprechen möchte, Bücher, die einen starken Eindruck auf mein Denken über die Liebe machten:

- Shulamith Firestone: Frauenbefreiung und sexuelle Revolution
- Erich Fromm: Die Kunst des Liebens
- Franz Alt: Liebe ist möglich
- K.O. Schmidt: Die Religion der BERGPREDIGT.
Grundlage rechten Lebens
- Inge von Wedemeyer: Weltformel „Liebe“
- Paul Ferrini: Zusammen wachsen. Schritte zum liebevollen Miteinander
- Berry Long: Sexuelle Liebe auf göttliche Weise

3 Ein guter Lehrer sollte zeit seines Lebens auch Schüler bleiben, mein Selbstverständnis: Ich lehre, was ich lerne; ich lerne, um zu lehren.

- Sam Keen: Königreiche der Liebe. Die sieben Stufen der Ekstase
- Bob Hoffman: Entfaltung der Liebe. Die Überwindung von Rebellion, Scham, Schuld und Selbstbestrafung
- Colin C. Tipping: Wachsen in der Liebe. Wie wir unseren Lebensplan entschlüsseln und unser inneres Potential entfalten
- John Welwood: Vollkommene Liebe
- Ken Keyes: Bedingungslos lieben lernen

Ich will nun diese Bücher im einzelnen besprechen, bevor ich meine eigene Sichtweise im Teil II darlege. Meine Seele und mein Verstand sind schon immer darauf eingestellt, andere Autoren⁴ zu einem Thema so komplett wie möglich zu lesen und sie dann zu integrieren⁵.

Ich will nicht „das Rad neu erfinden“, aber auf anderen Autoren respektvoll aufzusetzen, um sie dann angemessen weiter zu entwickeln. Ich habe mir den Satz von Ken Wilber zu eigen gemacht „Jeder hat recht!“ – aus seiner Perspektive, und keine Perspektive ist „richtiger“ als eine andere. Das bedeutet aber auch, dass eine **„Mega-Perspektive“** („Schau-Logik“ in der Wilber-Terminologie) möglich ist: die Über-Perspektive aller Perspektiven.

4 Natürlich gilt auch „Autorinnen“, doch 75% der Bücher, die ich zitiere, sind Männer als Autoren.

5 Dieses mein integrierendes Bewusstsein hat mich auch zu dem integralen Philosophen Ken Wilber geführt.

Die Geburt der Neuen Menschheit in ihrer unvollkommenen Vollkommenheit: JETZT!

Ich war schon immer ein positiv ausgerichteter Mensch und habe an das Gute im Menschen geglaubt. Darüber hinaus hat mich schon immer die Anthropologie interessiert: was Geschichte und Wesen des Menschen sei. Ich habe schon früh Arnold Gehlen gelesen und insbesondere die Bücher der „Neuen Anthropologie“, herausgegeben von Hans-Georg Gadamer und Paul Vogel (dtv wissenschaft, etwa 1970 bis 1990).

Mich hat schon früh als Gymnasiast die Vision von Karl Marx fasziniert, dass der Mensch sich noch gar nicht wirklich aus dem Tierreich befreit habe und wir erst die Geburt der neuen Menschheit im klassenlosen Kommunismus und dem Ende der Entfremdung erleben würden. Als Vision war dies durchaus faszinierend und ich formulierte selbst: **Wir Menschen leben als Kinder Gottes noch gar nicht artgerecht.**

Eine wichtige „Abzweigung“ meines Erkenntnisweges war die Frauenbefreiung und die „sexuelle Revolution“ der sechziger Jahre⁶ des letzten Jahrhunderts; ich wurde gerade erwachsen und suchte nach meiner Identität als Mann. Es war durchaus ein gesellschaftlicher Trend, den ich da hautnah miterlebte: „Wann ist Mann ein Mann?“ – von Herbert Grönemeyer | „Neue Männer braucht das Land!“ – von Ina Deter als prägender kultureller Impetus aus der Musik-Szene.

6 Wie das Buch von Shulamith Firestone: „Frauenbefreiung und sexuelle Revolution – The Dialectic of Sex“ (dt. 1975)

Ich wurde selbst Vater und Lehrer, Pädagoge in Theorie⁷ und Praxis. Mit dem wachsenden Astrologie-, Lebens- und Geschichtsbewusstsein wurde mir auch klar, dass wir in der Anthropologie mit Jahrtausenden rechnen müssen: Der „wahre Mensch“ würde erst in Jahrhunderten geboren werden: Die aktuelle JETZT-Zeit ist als „Wendezeit“ (nach Fritjof Capra) oder „Halbzeit der Evolution“ (nach Ken Wilber) zu verstehen.

Mit anderen Worten: **Wir stehen als Menschheit an einem großen Wendepunkt der Menschheitsgeschichte, wie es ihn vielleicht noch nie vergleichbar gegeben hat, größer noch als die „neolithische Revolution“:** das Sesshaftwerden der Menschheit mit Ackerbau und Viehzucht im „Fruchtbaren Halbmond“ (heute: Irak und Iran als Wiege der menschlichen Kultur und Zivilisation⁸).

Diese Geburt wird die größten Wehen der Menschheit hervorbringen; und die beiden Weltkriege des letzten Jahrhunderts waren wohl erst die Vor-Wehen.

7 Ich habe Pädagogik-Erwachsenenbildung in der PH Dortmund und Uni Münster studiert

8 Ich erinnere voller Respekt an diese unsere Kultur-Wurzel, da andere imperiale Kräfte dies aktuell anders sehen wollen und das „Ausrotten einer ganzen Zivilisation“ befürworten. Das wäre „Selbstaussrottung“, und dazu kann ich nur sagen: Pfui Teufel! Wer die kulturellen Wurzeln der Menschheit ausrotten will, der hat selbst keine kulturellen Wurzeln. Das moderne Amerika hat keine Wurzeln und Probleme, eine Identität zu finden. Es leben die indigenen Völker Amerikas! Ihnen gehöre auch die Zukunft.

Wohl allen friedliebenden Kräften! Unsere Verbündeten sind die Schar der Tiere und Engel. Mögen alle Kriegstreiber an ihrem eigenen Gift ersticken! Zur Hölle mit ihnen! (Ich erkenne erschrocken selbst: Vergebung ist etwas anderes!) Ich hoffe auf Goethes Faust: Die, die Böses wollen, schaffen am Ende unbewusst doch das Gute.

Es ist heute ein Prozess des Erwachens. Als Menschheit erwachen wir zu unserer Bestimmung als Kinder Gottes auf unserem Mutterplaneten Erde. Ich denke, dieses Erwachen und diese wahre Menschwerdung kann nicht anders verstanden werden, **als dass wir Menschen in unsere Göttlichkeit erwachen.**

Dieses Erwachen kann nur mit einem spirituell reifen Bewusstseins erfasst werden. Hier möchte ich auch **Teilhard de Chardin** namentlich anführen, durch dessen Schriften ich mir ein neues Weltbild erarbeiten konnte, für den **sein Begriff der „Amorisation“** steht: **die Durchsetzung der Kraft der Liebe gegenüber Darwins „Kampf des Stärkeren“.** Ich selbst möchte mein Buch als **Plädoyer für den Neuen Menschen als Manifestation Gottes und der Liebe verstehen.** Diese „Kernkraft“ wird die wachsende Liebe zwischen den Menschen und Völkern sein.

Ich weiß natürlich, dass ich nicht der erste bin, der **die Liebe als „Evolutionfaktor Nr. 1“** sieht. Doch dieses Projekt muss immer wieder revitalisiert und aktualisiert werden. Jede Generation wird mit der Entwicklung unserer Kultur und Technik Neues beitragen können, ohne das Alte über Bord zu werfen. **In diesem Sinne, Vorhang auf!**

Eines der ersten **Wendepunkte in der Geschichte der Menschheit** („Anthropogenese“⁹) war das Auftreten des „Homo Sapiens“, der sprechende und reflektierende Mensch (wahrscheinlich in Afrika), der sich auch Gedanken über sich selbst machen konnte: **„Wer bin ich?“**

Diese **Fähigkeit zur Selbstreflexion** führte zu einem religiösen und spirituellen „Überbewusstsein“, dem Glauben an etwas Göttliches. Am Anfang war da sicherlich nicht der Glaube an etwas Abstraktes, Unvorstellbares, den einen abstrakten Gott OHNE BILD von ihm. Der erste Glaube war noch animistisch: das Erkennen des Göttlichen im Kosmos und in der Natur: die Sonne war die Inkarnation des Göttlichen im Sonnenkult¹⁰. Wir dürfen dabei auch nie vergessen, dass **die menschliche Urreligion das Göttliche als Mutter verehrt hat, das wir im Patriarchat verloren haben**. Wir brauchen ein neues Mutter-Bewusstsein! Besser noch: ein Paar-Bewusstsein: **Das Göttliche ist ein Paar**. Die Menschen erkannten den Himmel als Palast der Götter. Die Übermenschlichkeit der Götter manifestierte sich in ihrer Unsterblichkeit: **Götter sind unsterbliche Menschen; Menschen sind sterbliche Götter**.

9 **Anthropogenese** = der wissenschaftliche Begriff für die Menschwerdung

10 Stichwort: **Stonhenge** in England – auch Teil unseres kulturellen Selbstbewusstseins als Menschen des europäischen Kontinents; es ist so monumental wie der Pyramidenbau in Ägypten und Mexiko als monumentale Götterverehrung.

Teil I

Autor(inn)en über Liebe:

Shulamith Firestone

Erich Fromm

Franz Alt

K.O. Schmidt

Inge von Wedemeyer

Paul Ferrini

Berry Long

Sam Keen

Chérie Cater-Scott

Bob Hoffman

Ingrid und Kurt Bauer

Colin C. Tippling

John Welwood

Ken Keyes

Shulamith Firestone: Frauenbefreiung und sexuelle Revolution¹¹

Shulamith Firestone gehörte in Amerika zu den meistdiskutierten Autorinnen der „neuen Frauenbewegung“. Ich setze sie aus zwei Gründen an den Anfang meiner Buchbesprechungen: erstens weil sie eine Frau und Tochter ist (die meisten anderen Bücher sind von Männern) und zweitens weil sie **eine radikale Position gegen die Romantik der Liebe** einnimmt.

Shulamith Firestone würde nie über „bedingungslos Liebe“ sprechen. Liebe ist in ihrer Sichtweise immer eingebunden in gesellschaftlich-historische Bedingungen und davon abhängig. Es gibt insofern keine „freie Liebe“ – nicht verstanden im Sinne von „Zügellosigkeit“, sondern frei von gesellschaftlich-kulturellen Bedingungen. **Die Abhängigkeit der Liebe von Natur, Kultur und Gesellschaft – das ist gerade ihr Thema!** Ihr sechstes Kapitel in ihrem Buch lautet: „Die Liebe“ (S. 119 – 137) Die Autorin sieht **die Liebe der Frauen als emotionale Basis für die patriarchalische Kultur**, die Männer sind eine Art „Energie-Vampire“¹²: *„die (männliche) Kultur ist parasitär, denn sie bezieht ihre Kraft aus der emotionalen Stärke der Frauen, ohne etwas dafür zu geben.“* (S. 120)

11 Das Buch (gleichen Titels) erschien 1975 auf Deutsch, das amerikanische Original trägt den Titel „The Dialectic of Sex“ (1970)

12 Auch Volker Elis Pilgrim als deutscher Autor der Männerbefreiung sieht den Mann als „Vampirmann“ (1989)

„Ich bin der Ansicht, dass Liebe im Grunde genommen ein viel einfacheres Phänomen ist, das nur durch die *ungleichen Machtverhältnisse* so kompliziert, korrupt oder gestört wurde. Wir haben gesagt, dass Liebe eine gegenseitige Verletzlichkeit verlangt, wenn sie nicht zerstörerisch wirken will. ... Da jedoch die sexuelle Ungleichheit ein konstanter Faktor geblieben ist ..., wurde die faule ‚romantische‘ Liebe zur charakteristischen Liebe zwischen den Geschlechtern.“ (S. 122)

Die Autorin zeigt auf, dass die „heilige Mutterliebe“ keinesfalls bedingungslos ist, sondern das Kind „allein für angemessenes Verhalten belohnt wird“ (S. 123). Die Angst des Kindes, die Liebe von Mama zu verlieren, wächst sich in Verzweiflung aus. **Aus dieser manipulativen Mutterliebe empfindet das Kind (als Mädchen oder Junge) ewig ein Hunger nach bedingungsloser Liebe, eine Liebessucht.** Mit anderen Worten: Das Bedürfnis nach bedingungsloser Liebe sieht Shulamith Firestone nicht als (biologisches) Urbedürfnis, sondern als Ausdruck von **Mangelercheinung des Kindes wegen der manipulativen Liebe von Mama.** Für ein vollkommen geliebtes Kind ist die bedingungslose Liebe kein Bedürfnis, sondern wie die „Luft zum Atmen“: Kein Mensch hat ein „Bedürfnis nach Sauerstoff“; erst wenn er fehlt, wird in der Atemnot das Fehlen von Sauerstoff lebensgefährlich bewusst.¹³

13 Das mag merkwürdig klingen. Ich werde bei der Besprechung des Buches „Auf der Suche nach dem verlorenen Glück“ von Jean Liedloff darauf zurück kommen. Überraschend ist, dass eine führende Frau des Feminismus so gnadenlos über das Fehlen von Mutterliebe urteilt; sie hat wahrscheinlich selbst keine liebevolle Mutterbeziehung erfahren dürfen.

Die Autorin fragt am Ende des Buches nach Alternativen von Ehe und Familie und ist sich sicher: „Der revolutionäre Feminismus ist das einzige radikale Programm, das sofort alle emotionalen Krusten, die hinter ‚wichtiger‘ Politik stehen, zerbricht und so wieder das Persönliche mit dem Öffentlichen, das Subjektive mit dem Objektiven, das weibliche Prinzip mit dem männlichen integriert.“ (S. 194)

Ich möchte das Thema und die Vision der Autorin an dieser Stelle nicht vertiefen, weil wir nicht die verschiedenen „Institutionen“ der Liebe durchdeklinieren wollen (wie Kommunen und Wohngemeinschaften), sondern ich nur **die ursprünglich revolutionäre Sicht einer radikalen Feministin zum Thema „Liebe“** andeuten wollte.

Erich Fromm: Die Kunst des Liebens

Ich habe das Buch von Erich Fromm 16-jährig als Einstieg in die Thematik gelesen¹⁴. Schon dieses Buch stellt die Frage: **Ist Liebe erlernbar?**

Der Autor schreibt gleich zu Beginn im Vorwort (und seine Worte gelten auch für dieses Buch): „Die Lektüre dieses Buches wird eine Enttäuschung für alle Leser sein, die sich von ihm eine leidenschaftliche Unterrichtung in der Kunst des Liebens erwarten. Das Buch möchte ganz im Gegenteil zeigen, dass Liebe nicht ein Gefühl ist, dem man sich einfach hinzugeben braucht, ungeachtet dem Grad der Reife, die man erreicht hat; es möchte den Leser überzeugen, dass jeder Versuch der Liebe fehlschlagen muss, solange man nicht bemüht ist, die eigene Gesamtpersönlichkeit zu entwickeln und damit zu einer schöpferischen Orientierung zu gelangen, und dass man in der individuellen Liebe keine Befriedigung finden wird, solange man nicht imstande ist, seinen Nächsten zu lieben und dies wirklich demütig, mutig, ehrlich und diszipliniert tut.“ (S. 13)

Fromm fragt „Ist Liebe eine Kunst?“ und gibt uns die ultimative Antwort: **Liebe sei die Antwort auf das Problem der menschlichen Existenz.**

14 Später habe ich auch „Die Furcht vor der Freiheit“, „Der heutige Mensch und seine Zukunft“, „Die Revolution der Hoffnung“ und „Vom Haben zum Sein“ von Erich Fromm gelesen. Er war mein erster Lieblingsautor, der mir neue geistige Horizonte eröffnete.

„Der Mensch ist mit Vernunft begabt: er ist *das Leben, das sich seiner selbst bewusst ist*. ... Dieses Bewusstsein seines gesonderten Daseins, das Bewusstsein seiner eigenen kurzen Lebensspanne und der Tatsache, dass er ohne seinen Willen geboren ist und gegen seinen Willen sterben wird, dass er vor jenen sterben wird, die er liebt, oder dass sie vor ihm sterben werden, **das Bewusstsein seiner Einsamkeit und Getrenntheit, seiner Hilfslosigkeit gegenüber den Kräften der Natur und Gesellschaft** – das alles läßt seine besondere und abgetrennte Existenz zu einem unerträglichen Gefängnis werden. ... **So wird die Getrenntheit die Quelle heftiger Angst**; aber darüber hinaus löst sie das Gefühl von Schuld aus. Dieses Erlebnis von Schuld und Scham in der Getrenntheit wird in der biblischen Geschichte von Adam und Eva ausgedrückt. ... *Das Bewußtsein der menschlichen Getrenntheit ohne Wiedervereinigung durch Liebe – das ist die Quelle der Scham. Gleichzeitig ist sie die Quelle von Schuld und Angst.*“ (S. 24 f.)

„Liebe“ (was immer das heißen mag) ist für den Menschen existentiell¹⁵. Erich Fromm analysiert im Anschluss an diese Erkenntnis, die Liebe zwischen Eltern und Kind und die „Objekte der Liebe:

- Nächstenliebe
- Mutterliebe
- erotische Liebe
- Selbstliebe
- Gottesliebe

15 Das ist eine Erkenntnis, auf die sich eine ganze Philosophie erhebt: der Existenzialismus und seiner Frage nach dem Sinn menschlicher Existenz.

Darüber hinaus analysiert Fromm den **Verfall der Liebe „in der zeitgenössischen westlichen Gesellschaft“** (S. 113 – 139)¹⁶

„Wenn die Liebe eine Fähigkeit des reifen und schöpferischen Charakters ist, folgt daraus, dass die Fähigkeit des Liebens in jedem Menschen, der in einer bestimmten Gesellschaft lebt, von dem Einfluß abhängig ist, den diese Gesellschaft auf den Charakter des Betreffenden ausübt.“ (S. 113) Und er schlussfolgert für die kapitalistische Gesellschaft, dass Liebe dort „... ein verhältnismäßig seltenes Phänomen ist und dass verschiedene Formen von Pseudo-Liebe an ihre Stelle getreten sind, die in Wirklichkeit nur genauso viele Formen des Verfalls dieser Liebe sind.“ (aaO = am angegebenen Ort)

Im letzten und vierten Teil des Buches von Erich Fromm geht es um **„die Praxis des Liebens“** (S. 141 – 171) und er betont:

„Aufgabe einer Diskussion über die Praxis der Liebe kann es nur sein, die Voraussetzungen der Kunst des Liebens zu diskutieren, gleichsam also die ersten Schritte. Der endgültige Schritt auf das Ziel hin kann von jedem nur selbst getan werden, und die Diskussion hört da auf, wo der endgültige Schritt beginnt.“ (S. 141) Der Satz könnte auch als **Motto für mein Buch** stehen: **Liebes-Bewusstsein zu schaffen und Anregungen zu geben, selbst den Weg der bedingungslosen Liebe zu wählen und zu wagen.**

16 Diesen Gedanken, dass in der kapitalistischen Gesellschaft die Liebe zu einer Warenbeziehung entartet, hat in meinen Augen vor allem Dieter Duhm in seinem Buch „Warenstruktur und zerstörte Zwischenmenschlichkeit“ (1974) bestens herausgearbeitet.

Das Buch von Fromm ist **ein Klassiker zur „Theorie der Liebe“** und heute so aktuell wie bei seiner ersten Veröffentlichung 1956 (dt. 1969). Dabei stellt er auch die „sentimentale Liebe“ als „Form von neurotischer Liebe“ heraus (132 f.)

Noch eine Bemerkung: Erich Fromm war für mich der erste Autor (eine regelrechte Initiation), der **Marxismus und Psychoanalyse** verband: das gesellschaftliche und psychologische Denken (verschärft noch bei Wilhelm Reich). Es hat mein Denken in sozialen und psychologischen Kategorien sehr stark beeinflusst.¹⁷

17 Ich war im Gymnasium der Jahrgangsbeste und bekam als Anerkennung vom Elternverein das Buch von Erich Fromm geschenkt: „Der moderne Mensch und seine Zukunft“.

Franz Alt: Liebe ist möglich

Dieses Nachfolge-Buch des Autors von „Frieden ist möglich“ ist bestens geeignet, **in das Thema „Liebe“ grundsätzlich einzuführen.**

„Liebe ist in allen Sprachen das wichtigste Wort. Es wird sehr oft gebraucht, aber es bedeutet uns wenig. Warum? ... Das Wort Liebe war zu keiner Zeit so abgedroschen wie heute ...“ (S. 11¹⁸)

Franz Alt bezeichnet **die Bibel als „das Buch der Liebe“** – und bezieht dies nicht nur auf die **Bergpredigt**. „Voraussetzung für Frieden ist Liebe, privat und politisch. Ist Liebe möglich? **Jesu Bergpredigt ist die Magna Carta der Liebe.**“ (S. 24) „Ziel der Bergpredigt ist Selbsterkenntnis und Gotteserkenntnis, Selbstverwirklichung und Gottverwirklichung. Wir sind seine Ebenbilder. Wer die Bergpredigt versteht, hat den Weg zum Ziel seines Lebens verstanden.“ (S. 9) Franz Alt empfiehlt: „Religion wird *in* uns lebendig, sobald wir anfangen zu fragen: Wer *ist* Jesus heute? ... Die Bergpredigt liest richtig, wer spürt, dass Gott darin ganz persönlich zu ihm spricht – über Jesus.“ (aaO)

Mein Buch soll nun aber kein religiöses Buch werden, ich bin kein Theologe. **Doch es ist wichtig, diese bedingungslose Liebe mit Gottesliebe in Verbindung zu bringen, andernfalls würde es seine Tiefe nicht erfassen können.** Deswegen ist Franz Alt ein guter Einstieg ins Thema der bedingungslosen Liebe.

18 Alle folgende Verweise zu Franz Alt hier beziehen sich auf das Buch „Liebe ist möglich“ (1985)

Die Revolution der Liebe

Franz Alt stellt in diesem Kapitel seines Buches (S. 195 – 201) die Rolle der Bergpredigt für die friedvolle Zukunft der Menschheit heraus. Die Bergpredigt sei „jener lebendige Stachel in unserem Fleisch, mit dessen Hilfe wir uns niemals gewöhnen dürfen an Gewalt und Reichtum, an Ausbeutung und Ungerechtigkeit.“ (S. 195) Er plädiert für eine „Kultur der Liebe – Politik des Friedens“ (S. 202 ff.)

Besser ist es wahrscheinlich nicht auszudrücken: „Liebe ist ein sehr ernstes Spiel, das schönste und das wichtigste unseres Lebens. Liebe ist ein Geheimnis – jeder weiß es, und kein Materialist hat es je erklären können. Die Achtung vor diesem Geheimnis, das Gespür für dieses Geheimnis, der innere Kontakt zu diesem Geheimnis: Das ist der Kern der wahren Religion, das ist Christus in uns, das ist Christus in jedem Menschen, auch in Ihnen und in mir. Liebe ist nicht unreal. Weil Gott *die* Liebe ist, ist Liebe *die* wahre Realität.“ (S. 204)

Ich denke bei einer „Philosophie und Kunst der Liebe“ ist es unumgänglich, **die göttliche, himmlische und spirituelle Dimension der Liebe** herauszuheben. Wir fühlen uns als Liebende „zu Hause angekommen“ und im „siebten Himmel“.

K.O. Schmidt: „Die Religion der BERGPREDIGT. Grundlage rechten Lebens“

Ein wunderbares Buch, das die Bergpredigt mit ihren Seligpreisungen interpretiert, ist das Buch von **K.O. Schmidt**¹⁹: „Die Religion der BERGPREDIGT. Grundlage rechten Lebens“.

Der Autor zitiert gleich zu Beginn Mahatma Gandhi, der als Nicht-Christ den Christen einen Rat gibt, an den sich jeder Christ halten sollte: „... **die Liebe ist Mittelpunkt und Seele des ganzen Christentums.**“ (S. 5) Die einzig andere Weltreligion, die die Liebe so in den Mittelpunkt stellt wie das Christentum ist für mich nur noch **die Mystik des Rumi** (iranischer Weiser und Mystiker) **und des Islam**. Wir aber sind Christen und sollten uns an Christus halten.

„Die Botschaft Christi ist eine lebenspraktische Darstellung der *geistigen Gesetze*, die das Dasein, den Menschen und die Welt bestimmen, deren Nichtbeachtung Disharmonie und Leid, Mangel und Unfrieden auslöst, während ihre rechte Beachtung Harmonie und Glück, Fülle und Freude zur Folge hat. Was Christus in seiner Bergpredigt vermittelt, ist also die hohe Kunst des rechten²⁰ Denkens und Lebens.“ (S.23)

19 Der Autor signiert immer mit K.O., was meines Wissens „Karl Otto“ heißt.

20 Unter „rechtem Denken und Leben“ verstehe ich etwas moderner formuliert: schöpfungsgerechtes Denken und Leben

„Wenn wir Christus in uns gefunden haben, kann uns nichts mehr täuschen oder enttäuschen.“ (S. 15)

K.O. Schmidt erkennt für sich **zehn Erkenntnisse aus der Bergpredigt** (hier jetzt sehr verkürzt wiedergegeben – S. 15 - 17):

1. Gott ist nicht außer uns, sondern in uns.
2. Gott ist nicht der rachsüchtige Gott, sondern *der Geist der Liebe*.
3. In-Gott-Sein heißt in der Harmonie des Kosmos zu sein.
4. Im Geist der bedingungslosen Liebe zu sein, bedeutet auf die „einzig wahre und verlässliche Weisheit der *Inneren Führung*“ zu leben.
5. Das Reich Gottes ist kein exklusiv jenseitiges Reich „im Himmel“, sondern kann auf der Erde Wirklichkeit werden.
6. Wir haben die innere Freiheit und Unabhängigkeit, uns selbst zu helfen und zu erlösen.
7. Die Gewaltlosigkeit ist der Meister-Schlüssel, um uns von allem Niederen und uns Fesselndem zu erlösen.
8. Gott ist nicht nur in uns, sondern in allen (menschlichen und tierischen) Geschwistern zu erkennen. Die Bergpredigt hat nicht nur die Befreiung des Einzelnen zum Ziel, sondern aller, ist der Beginn einer neuen Sozietät.
9. Die Bergpredigt ist die Erweckung, Meisterung und Anwendung der *Gedankenmacht* und *Glaubenskraft*, durch die wir „zu sinnvoller, positiver Lebensführung und zu selbst- und lebens-bemeisterndem, gotteinheitsbewusstem Vollmenschentum gelangen“.
10. Es fordert uns die Bergpredigt auf zur Verwirklichung des Reiches Gottes auf Erden.

Vielleicht klingen die Worte von K.O. Schmidt im heutigen Lesen sehr schwülstig. Er schreibt selbst dazu: „Wo immer hier von Gott, Christus, Liebe gesprochen wird, da geschieht dies nicht in einem pseudoreligiösen oder einem konfessionellen Sinne; vielmehr sind „Gott“, „Christus“, „Himmel“ *dynamische* Begriffe, das heißt, Bezeichnungen für *Kräfte* und Lebensmächte, die jeder Mensch, einerlei, ob er Kirchenchrist, Tatchrist, Theist, Pantheist, Panentheist, Atheist oder Materialist ist, in sich finden kann.

Der *Gott*, von dem Christus in der Bergpredigt spricht, braucht nicht bewiesen zu werden, denn dieser Gott kann *jeder erleben*, ob er an ihn glaubt oder nicht.“ (S. 17) Hier werden GOTT und LIEBE Synonyme.

„Denn der Mensch ist nicht ,nur schlecht‘, ein Tiermensch, sondern er ist auch gut, ein Gottmensch, und seine Bestimmung ist, dies immer mehr zu sein! Die Bergpredigt öffnet uns die Augen über seine Größe und Göttlichkeit. *Wie einst in Christus die Fülle der Gottheit lebendig ward, so soll sie in allen Menschen lebendig werden.*“ (S. 19) Im weiteren geht der Autor die 111 Verse der Bergpredigt nach Matthäus 5-7 durch und kommentiert sie in seinen Worten. Hierbei möchte ich insbesondere auf den bekannten Vers hinweisen: *„Ihr sollte nicht widerstreben dem Bösen. Sondern so dir jemand einen Streich gibt auf den rechten Backen, dem biete auch den anderen hin.“* (S. 87)²¹

21 Der Vers findet sich in der **Einheits-Übersetzung der kath. deutschsp. Bischofskonferenz (2017)** so: „Leistet dem, der euch etwas Böses antut, keinen Widerstand, sondern wenn dich einer auf die rechte Wange schlägt, dann halt ihm auch die andere hin.“ (S. 1129; Vers 39)

K.O. Schmidt schreibt dazu: „An die Stelle der Vergeltung setzt Christus die *gewaltlose Liebe*.“ (S. 87) – oder modern noch etwas tiefer formuliert: die bedingungslose Liebe und liebevolle Vergebung.

Eine Seite weiter heißt es: **„Die einzige Macht, die stärker ist als die Gewalt, ist das gewaltlose Nicht-Widerstehen.** Nur dadurch kommt jeder Kampf zu Ende, nur auf diesem Weg kommen wir – die Einzelnen wie die Völker – zum gegenseitigen Verstehen und zur gegenseitigen Hilfe. Im Kleinen können wir das jeden Tag erfahren; **im Großen hat Gandhi die überlegene Macht der Gewaltlosigkeit (Ahimsa) bewiesen:** Indien wurde ohne Kampf von Fremdherrschaft frei und zum Selbstgestalter seines Schicksals. Den anderen Völkern zur Mahnung!“ (S. 88) K.O. Schmidt bringt diese christliche Einstellung auf den Punkt: **„Wer streitet, ist im Unrecht. Wer im Recht ist, streitet nicht.“** (S. 97)

„Darum sollt ihr vollkommen sein, gleichwie euer Vater im Himmel vollkommen ist. Das ist die herrliche Verheißung des Christentums und die Krönung unserer Liebe: dass wir vollkommen werden, wie Gott vollkommen ist. Die Kraft der Vervollkommnung ist im Menschen. **Der Mensch ist kein armer Sünder, sondern ein gefesselter Gott, der seiner Befreiung und Vollkommenheit entgegenschreitet.**“ (S. 105)

„Der Gott der Bergpredigt ist kein kleinlicher Gott der Rache, sondern der Gott der Liebe, der Unendliche Geist des Guten, der in uns wie im All immerfort lebendig wirkt, der unsere Menschheit und jedes Wesen dieser kleinen Erde mit gleicher Liebe umfaßt wie die Myriaden Wesen auf den anderen Welten des Alls. ... *Der Christus in uns ist die Gewähr unserer endlichen Vollendung.*“ (S. 106)

Es gibt ein Jesus-Wort, das sich sehr in mein Bewusstsein eingepägt hat: Ihr werdet Gleiches tun wie ich und Größeres.²²

Dabei ging es mir natürlich nicht darum, Wunder im biblischen Sinne zu tun (über Wasser gehen, Wasser in Wein zu verwandeln usw.) sondern als „Sohn Gottes“ und „Christ“²³ zu leben und meinen mir möglichen Beitrag zu leisten, das „Reich Gottes“ auf Erden zu errichten. Kaum ausgesprochen, schon melden sich Zweifel: ... im Sinne der Zeugen Jehovas? ... oder im Sinne des islamischen „Gottesstaates“? Nein, das ist zu oberflächlich! Im Archetyp meiner Seele sehe ich mich als Lehrer/Wissenschaftler. Meine Vision gegen die materialistische Wissenschaft ist die „Heilige Wissenschaft“ geworden.²⁴ Vielleicht darf ich an dieser Stelle eine Tagebuchnotiz vom 15.8.2017 als Dokumentation des **Selbstverständnis meines Christusbewusstseins** einfügen:

22 Diese „freie Zitat als Nacherzählung“ bezieht sich wohl auf Johannes 14:12

23 Heute ist kaum noch erkennbar, was es heißt, ein Christ zu sein. Ich denke, dass es entscheidend ist, es für sich selbst zu definieren.

24 Mein Buch „Einladung und Einführung zum Projekt HEILIGE WISSENSCHAFT als Wissenschaft der neuen Zeit“ (BoD)

Jürgen Schröter: Ich bin, der ich bin

Ich habe mir das Gottesbekenntnis nach Moses (am brennenden Dornenbusch) zu Herzen genommen und für mich persönlich als Kind Gottes **die höchste Vision meiner Selbst** so formuliert:

ICH BIN

Hans Jürgen Erwin Schröter,

inkarniert in der Hochzeitsnacht am 23. April 1950

geboren am Sonntag, den 28. Januar 1951

um 12 Uhr in Leverkusen

als Wassermann / Stier auf dem Planeten Erde

von der Heiligen Mutter Maria

(vom Himmel und als Althof von Marienrachdorf)

gezeugt und bezeugt vom Heiligen Vater Joachim

(vom Himmel und als Schröter von Weimar)

der CHRISTUS

in der Inkarnationsreihe und Seelenfamilie
des KUTHUMI „ICH BIN liebende Weisheit“

dazu berufen,

über ein neues Dimensionstor der Seele

eine neue Stufe der heiligen Einheit

von Esoterik und Wissenschaft zu erschaffen.

Amen

ICH BIN DU

Natürlich war auch für mich die Aussage aus meiner Seele zunächst schockierend „Ich bin (der) Christus!“ Was aber macht die Aussage so schockierend, so unverschämt²⁵? Ein Satz „Ich bin Christ“ hätte ganz und gar nicht die gleiche Wirkung. Verwische ich hier ein religiöses Bekenntnis mit einem persönlichen? Oder könnte es im Gegenteil sein, dass ich damit Jesus in der Bergpredigt erst richtig verstanden habe?

Ich habe mit mir selbst ringen müssen, alte Konditionen als katholisch erzogener Christ und seine Pseudodemut als ewiger Sünder ablegen müssen. **„Ich bin Christus!“ überwindet jedenfalls den Dualismus und die Trennung zwischen Jesus und mir und ahnt die Gleichung „Gott Vater = Jesus = Jürgen Schröter“.** Dies ist aber nicht formale Logik, sondern ein inneres Wissen, eine erlebte Weisheit der Non-Dualität. Diese Aussage ist vor allen Dingen nicht exklusiv, sondern gilt für alle bewusste (Menschheits-) Wesen.

Was aber wesentlicher ist: **„Gott Vater = Jesus = Jürgen Schröter“** ist kein dokumentiertes Kennzeichen aus meinem Personalausweis, sondern **ein Verständnis für den Kern meiner Seele.**

25 Lies: ohne Schamgefühl

Inge von Wedemeyer: Weltformel „Liebe“

Ebenso aktuelle wie zeitlose Themen im Lichte der Meditation

Die Autorin untersucht **das Mysterium des Lebens** und erkennt dabei **drei Dreiklänge**:

- **Licht – Liebe – Leben:** „Es geht um das entfaltete Herz-Chakra, um die schöpferische Kraft der Licht-Liebe-Leben-Strahlung, um Güte und Erbarmung für alle Wesen. (S. 121)
- **Liebe – Harmonie – Schönheit:** „Wo Harmonie, da ist auch Schönheit. Wo Lebensordnung, da ist auch Schönheit. Dynamische Harmonie ist schön, ist eine Bewegung in Richtung auf das hohe Ziel, ist Werden.“ (S. 125)
- **Glaube – Hoffnung – Liebe:** „Hoffnung zielt über alle Vernunft hinaus in eine andere Dimension, in die Dimension des unvergänglichen Lebens.“ (S. 129)

„In allen drei mystischen Formeln, die wir betrachten haben, geht es um Liebe.“ (S. 129)

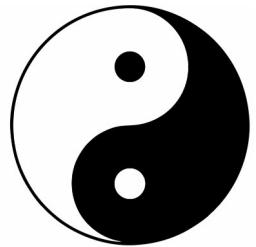
„Der Pfad der Liebe ist ein Stufenweg. Zunächst ist man noch mehr oder weniger verstrickt in Wünsche und Ansprüche. Immer mehr befreit man sich, entwickelt Güte, Erbarmen, unaufdringliche, wohlwollende Mitmenschlichkeit, Gleichmut.

Man erlebt, wie **die irdische Liebe die Brücke zur himmlischen Liebe** ist und entdeckt in sich die Fähigkeit zur selbstlosen Liebe, und es erstärkt die Fähigkeit, sich dafür zu entscheiden – bis sie eines Tages Selbstverständlichkeit ist.“ (S. 130)

„So lehren uns die Meister unermüdlich und weisen den Pfad – aber gehen muß man ihn jeder selbst, das kann und darf uns niemand abnehmen. Wir selbst müssen uns entscheiden, wir selbst müssen die Kraft, die wir empfangen, in der richtigen Richtung und Weise einsetzen. ...

Egoistische Liebe ... stört die Lebensordnung, verletzt die Harmonie und Schönheit, das erhabene Miteinander der ganzen Schöpfung. Uneigennützige Liebe aber, gepaart mit geistiger Vernunft, führt zu Frieden, Freude und einem Glück, das nicht vergeht.“ (S. 131)

Im **Kapitel „Weltformel ,Liebe“** (S. 113 - 136) fasst die Autorin zusammen: „Alle Religionen künden von der selbstlosen Liebe als der höchsten seelisch-geistigen Qualität. ... Alle Weisheit ist Liebe, und Liebe die höchste Weisheit.“ (S. 132)



„In genialer Weise wird dies (die Einheit der Gegensätze, JS) in der chinesischen Philosophie des Yin und Yang zum Ausdruck gebracht.“ (S. 133)

Die drei Formeln zusammenfassend schreibt die Autorin:

„Gewaltige Formeln, und alle drei gipfeln in der mystischen Weltformel ‚Liebe‘: Diese Weltformel muß man nicht besorgt geheimhalten, denn mit dieser Weltformel kann man nicht zerstören. Mit dieser Weltformel dient man – jeder auf der Stufe seines Mühens und Erkennens – dem **„Es werde Licht!“**“ (S. 135)

Da Liebe und die Liebesfähigkeit ein Aspekt des Bewusstseins und seiner Entfaltung ist, bespricht die Autorin im nächsten Kapitel **„Bewusstseinsentfaltung ist Daseinserhellung“** (S. 137 – 156)

„Was ist dem Menschen bewusst? Ich lebe! Ich denke! Ich bin!“
(S. 137)

Dies erinnert an den ersten Ausspruch von René Descartes, dessen Philosophie der Zweifel an allem war: „Ich zweifle²⁶, also bin ich!“ Mit anderen Worten: Ich kann an allem methodisch zweifeln, nicht aber daran, dass ICH BIN. Das ist sozusagen der Ankerpunkt seiner Philosophie.

26 Meistens wird sein „Cogito, ergo sum.“ übersetzt mit „Ich denke, also bin ich.“ Das ist natürlich nicht falsch, trifft das Wesen der Cartesischen Philosophie des Zweifels aber nicht! Descartes zweifelte methodisch an allem, erkannte aber, dass er an seiner Existenz nicht zweifeln kann. Eine bessere Übersetzung ins Deutsche ist also: **„Ich zweifle, also bin ich.“** Das lateinische Verb cogitare bedeutet nicht nur denken, sondern auch zweifeln, wird hier im Kontext der Philosophie des Zweifels allgemein mit „denken“ aber eher unpassend übersetzt.

Paul Ferrini: Zusammen wachsen

Das Geheimnis der menschlichen, spirituellen Liebe ist, zusammen (doppeldeutig!) zu wachsen²⁷.

Ferrini warnt uns vor der „Beziehung als Sucht“, wenn wir nicht vorbereitet sind. Der beste Weg, **sich auf eine Zweierbeziehung vorzubereiten ist, alleine zu leben**. „Wenn du weißt, dass du glücklich und erfüllt alleine leben kannst, spürst du keine Bedürftigkeit oder den Zwang, eine Beziehung mit jemanden einzugehen.“ (S. 22)

„... Dadurch lernst du, eine Beziehung voller Liebe zu dir selbst einzugehen. Wenn du das tust, findest du zu deiner ureigenen Kraft. Du musst dich nicht länger nach Liebe und Erlösung von außen umsehen. Du selbst willst die Liebe in die Welt tragen. Du nimmst dein Selbst zurück, das du einst auf der Suche nach Anerkennung und Zustimmung von außen verraten hast. Das ist ein **machtvoller Akt der Selbsterlösung**. Bevor du das nicht gelernt hast, wirst du keine reife, erfüllende Beziehung führen können.“ (S. 25)

27 Meine „Bibel“ für eine erfüllte Paarbeziehung ist das Buch von Paul Ferrini: „Zusammen wachsen. Schritte zum liebevollen miteinander“ (1999, Darmstadt – Schirner Verlag)

Ferrini sieht **sieben Schritte zu einer spirituellen Partnerschaft:**

1. **Verpflichtung**

„Es ist ein spirituelles Gesetz, dass du einem anderen Menschen nicht gerecht werden kannst, wenn du dich selbst betrügst.“ (S. 47) ...

„Sich gegenseitig zu verpflichten hilft beiden dabei, sich sicher zu fühlen.“ (S. 53) ... Freiheit endet nicht dadurch, dass wir eine Verpflichtung eingehen. ... Ohne die Freiheit der Entscheidung können wir uns nicht verpflichten.“ (S. 59) ... „Es ist wiederum ein spirituelles Gesetz, dass du nur das behalten kannst, was du willens bist aufzugeben.“ (S. 61)

2. **(Mit-) Teilen**

„In Wahrheit setzt der spirituelle Aspekt einer Beziehung erst dann ein, wenn das Paar das Ende der Romanze übersteht.“ (S. 63) ... „Halten Sie nach einem Menschen oder nach einem Heiligen Ausschau?“ (aaO) ...

„Sich ineinander zu verlieben ist das größte Hindernis für eine echte Partnerschaft.“ (S.66) „In der zweiten Phase der Beziehung geht es darum, die gegenseitigen Stärken und Schwächen, die dunkle und helle Seite, die Hoffnungen und Ängste zu akzeptieren.“ (S. 67)

Bevor du mit deinem Partner diesen Punkt nicht erreicht hast, habt ihr eure Beziehung nicht zur spirituellen Realität ausgebaut.“ (S. 68)
Was gehört zu einer gegenseitigen Verpflichtung? (S. 68-75)

1. Gemeinsame Vorstellungen
2. Gemeinsame Werte
3. Gemeinsame Interessen
4. Gemeinsamer Lebensstil
5. Gemeinsame Verpflichtung

3. **Wachstum**

In einer Beziehung entwickeln sich immer Polaritäten wie z.B. Sicherheit – Entwicklung. „Die gemeinsame Zeit muß ausreichen, damit der ‚sicherheits-orientierte‘ Partner die Möglichkeit hat, den ‚entwicklungs-orientierten‘ Partner zu unterstützen, seinen Interessen und Freundschaften außerhalb der Partnerschaft nachzugehen.“ (S. 83)

4. **Kommunikation**

„Das Ziel von Kommunikation ist nicht, jemanden zu verbessern oder zu verändern. Es geht lediglich darum, die Wahrheit zu sagen und die Wahrheit zu hören.“ (S. 95 f.) „Kommunikation ohne Schuldzuweisung ist eine Kunst, die jedes Paar lernen muß, ...“ (S. 98) „Du äußerst ‚Ich‘-Botschaften und keine ‚Du‘-Botschaften.“ (S. 102)²⁸

5. **Spiegelung**

„Die Frage lautet nicht „wer greift mich an?“, sondern „warum fühle ich mich angegriffen?“ (S. 111)

28 „Ich fühle mich verletzt.“ als Ich-Botschaft statt „Du verletzt mich!“

„Ich bin selbst für das Heilen meiner ‚Papa-Wunde‘ verantwortlich.“ (S. 113) „Paare, die sich ihren Dämonen stellen und ihre Ängste überwinden, haben eine entscheidende Schlacht gegen die Unwissenheit gewonnen. Sie fallen auf den Boden der Tatsachen und erkennen, dass der einzige Grund für ihr Zusammensein darin besteht, zu lernen, einander zu lieben und anzunehmen. Das ist der Weg, der in den Himmel führt. Es ist ein spirituelles Gesetz, dass alles, was uns an jemand anderem stört, der Teil von uns selbst ist, den wir nicht lieben und akzeptieren wollen.“ (S. 116)

„Wenn diese tiefgehende Selbsterfahrung in der Beziehung wechselseitig ist, verwandelt sich unsere Partnerschaft in einen spirituellen Weg der Selbsterkenntnis und Erfüllung.“ (S. 119)
„Es gibt für uns auf diesem Planeten keinen besseren Meister als unseren Partner, wenn wir uns das spirituelle Ziel unserer Partnerschaft zu eigen gemacht haben.“ (S. 120)

6. **Verantwortung übernehmen**

„Obwohl wir uns in einer Beziehung aus dem Rahmen des ‚Ich‘ zum ‚Wir‘ bewegen, geht die spirituelle Reinheit des ‚Ich‘ nicht verloren. Ich kann immer noch nur für mich selbst entscheiden und du für dich selbst. Weder kann ich für dich entscheiden, noch du für mich. Diese grundlegende Verantwortung hört nicht auf, wenn wir das Tor der Beziehung durchschreiten. ...

Nichts lässt eine Beziehung schneller entgleisen als die Verirrungen in Schuld und Schuldzuweisungen.“ (S. 123 f.)

„Wir können lernen und wachsen. Der ganze Prozess ist befreiend, so lange wir wissen, wie wir sanft mit uns umgehen können.“ (S. 132 f.)

„Um zu wachsen, müssen wir nicht nur unsere Eltern aus der Verantwortung entlassen, sondern auch unsere Partner.“ (S. 135)

„Wir suchen durch andere Liebe und Glück, nur um festzustellen, dass wir Liebe und Glück nur in unseren eigenen Herzen und Köpfen finden können. Mit dieser Erkenntnis entsteht das „Wir“. Es ist ein psychologisch-spirituelles Moment von großer Bedeutung und Intensität. ... Es ist das Versprechen einer erfüllten Beziehung, die schöpferische Synergie, die aus dem Zusammenkommen zweier erwachter und verantwortlicher Menschen entsteht.“ (S. 140)

7. Vergebung

„Du wirst ... Fehler machen, genau wie deine Partner. Ihr seid beide Menschen. Das heißt, dass ihr zusammen die Höhen des Himmels und die Tiefen der Hölle erfahren werdet.“ (S. 141)

„Jedes Paar muss sich selbst fragen: „... Können wir gemeinsam einen sicheren Raum schaffen, in dem wir mit diesen Dingen sanft und liebevoll umgehen können?“ „Auf diese Weise werden die Brücken der Vergebung gebaut.“ (S. 145)

„Ich vergebe mir selbst, dass ich ein Urteil über dich fälle. Mein Ziel ist es, dich so zu akzeptieren, wie du bist.“ (S. 146)

„Vergebung verlangt weniger äußere Veränderung als innere Wandlung. Wenn wir aufhören, unserem Partner die Schuld zuzuweisen, und selbst die Verantwortung für unsere Schmerzen und unsere Unzufriedenheit übernehmen, beginnt der Vorgang der Vergebung zu arbeiten.“ (S. 154)

Berry Long: Sexuelle Liebe auf göttliche Weise

Das Buch von Barry Long (1998, dt. 2001) ist eine absolute Herausforderung. Im Vorwort des Herausgebers zum Buch heißt es „Über Berry Long“: „Im Kontext seiner umfassenden Lehre sprach er fundamentale Themen des Mangels an Liebe und des sexuellen Elends an und lehrte Männer und Frauen, ihre Partnerschaften durch gegenseitige Aufrichtigkeit in Ordnung zu bringen.“ (S. 8)

Der Australier Berry Long sieht das Elend der Menschheit darin, dass Männer verlernt haben, Frauen wirklich zu lieben: „Der Mann hat darin versagt, der Liebe zu dienen und körperlich der Frau zu dienen, die die Personifizierung der Liebe ist. Die Strafe für den Mann ist die tyrannische Emotionalität der Frau. Eines Tages wird sie ihn, wann immer er liebt oder zu lieben versucht, schockieren, lähmen, vernichten, indem sie sich plötzlich als Furie zeigt, als der lebendige weibliche Dämon der Emotion.“ (S. 20) **„Die Frau muss geliebt werden. Die Zukunft der Menschheit hängt davon ab, dass die Frau geliebt wird. Denn nur wenn die Frau wirklich geliebt wird, kann der Mann wirklich er selbst sein und seine verlorene Autorität zurückgewinnen. Nur dann kann auf Erden wieder Frieden einkehren.“ (S.21)**

Diese Entfremdung zwischen Mann und Frau riecht ganz nach den Verwirrungen des Patriarchats, jedoch es geht tiefer noch:

„**Seit Anbeginn der Zeit** wurde die Frau manipuliert und dann ermutigt zu glauben, es sei der beste Ausdruck ihrer Liebe, Männer sexuell zu befriedigen. In Wahrheit ist es genau umgekehrt. Der beste Ausdruck von Liebe ist, wenn der Mann sie sexuell erfreut.“²⁹ (S. 33)

„Die Frau hatte keine Bestätigung der Liebe, ihrer wahren Natur, da kein Mann in der Lage war, sie richtig zu lieben. Sie gab sich also mit sexueller Erregung zufrieden, denn der Mann hatte sie davon überzeugt, dass dies Liebe sei. Der Mann machte sie süchtig danach, indem er sie lehrte, dass körperliche Liebe keinen anderen Sinn hat, als Kinder in die Welt zu setzen oder sich selbstsüchtig zu vergnügen. **Der Mann in seiner Selbstsucht brachte der Frau bei, selbstsüchtig zu sein.** ... Und er ermutigte sie, sich durch ihn durch Fingerstimulation der Klitoris zum Orgasmus bringen zu lassen und sich dabei selbst zu erregen, statt die Schönheit ihres ganzen Körpers zu lieben.“ (S. 34)

29 Diese Philosophie hat ihren Höhepunkt wohl im **chinesischen Kamasutra** gefunden: die „tausend Stellungen“ der Frau beim Sex, um den Mann als Patriarchen zu erfreuen.

Kleiner Hinweis: Kamasutra ist aber nicht mit **Tantra** zu verwechseln! Tantra ist dem Ursprung nach tibetanisch und hat nichts Patriarchalisches mehr an sich; es geht wirklich darum, im sexuellen Akt nicht nur einen gemeinsamen Orgasmus zu erleben, sondern gemeinsam die vollkommene Erleuchtung.

Sam Keen³⁰: Königreiche der Liebe. Sieben Stufen der Ekstase

Der amerikanische Autor Sam Keen versucht in seinem Buch (1986) die verschiedenen Arten der Liebe zu klassifizieren.

Doch zunächst referiert er über ein altes Phänomen („geschichtlicher Rückblick“), das es in Indien, Tibet, Mexiko und anderen alten Kulturen gab: einen spirituellen Übungsweg (Praktiken), den man **Tantra oder Kundalini-Yoga** (Schlangenkraft) nennt: „Die (kulturelle, JS) Übereinstimmung beruht auf dem Gedanken, daß der gesamte Kosmos von einem einzigen, ursprünglichen Energie-Geist-Bewusstsein durchströmt wird, das jeden einzelnen Menschen miteinbezieht. ... Indem die konzentrierte Energie (Prana, Chi, Hagion pneuma, Libido oder Orgon) die Chakras durchfließt, reinigt sie Körper und Geist und bewirkt damit eine Wiedervereinigung von Sexualität und Spiritualität.“ (S. 12) Er sieht im Chakra-System eine **„Landkarte des Bewusstseins“** (S. 15): „Tantra bringt uns am meisten, wenn wir mit seinen Symbolen spielerisch umzugehen wissen. Meiner Ansicht nach sollten wir die sieben Chakras als Symbole von jeweils sieben Lebensphilosophien, sieben Menschentypen, sieben Stufen des menschlichen Erdenlebens und sieben Liebesstellungen betrachten.“ (S. 14 f.)

30 Sam Keen (1931 – 2025) ist ein amerikanischer Autor, der vor allem die sexuelle Liebe und den modernen Mann erforschte. Ins Deutsche übertragene Bücher: „Die Lust an der Liebe“ (1984), „Feuer im Bauch. Über das Mann-Sein“ (1992) „Das Chaos der Liebe“ (2000)

Er nutzt dabei **das Chakra-System** auch für diese Klassifizierung der Liebe und nennt die verschiedenen Arten „Königreiche“:

1. Das Königreich des **Besitzes** (Wurzel-Chakra)

Dies ist allgemein das Reich des puren Materialismus. Menschen identifizieren sich mit ihrem Besitz (Männer mit ihrem Auto). HABEN ist die einzige Sicherheit. „Ein auf der unteren Bewußtseinsstufe verbliebener Mensch ist verkrampft, verstopft, paranoiden Zwängen unterworfen oder anal.“ (S. 27) „Im Königreich des Besitzes sind die Einwohner vielleicht ‚besitzend‘, aber sie sind nicht frei, um sich von den ekstatischen Kräften bewegen zu lassen ...“ (S. 29) EROS ist die Grundenergie des Besitzes. „Die Schlange erwacht. Die Kundalini regt sich. Die kosmische erotische Energie beginnt das Rückgrat hinaufzusteigen“ (S. 33): **vom Besitz zur Freude.**

2. Das Königreich des **Spiels** (Sexual-Chakra)

„Die in diesem Reich wohnenden Philosophen bezeichnen das ganze Sein als Spiel. Sie sehen den Menschn als *homo ludens* und lehren, dass das Leben als Spiel aufzufassen sei.“ (S. 38) **Die Welt wird zum Spielfeld.** Hier finden sich Menschen, die niemals erwachsen werden, den ständigen Genuß, die reine Sinnlichkeit erwarten. Im gewissen Sinne ist hier auch eine Spiritualität einzuordnen, die nur das „Hier und Jetzt“ betont, keine Verantwortung für Vergangenheit und Zukunft übernehmen will. „Eine Reihe von befriedigenden Erlebnissen schafft ihre eigene Vergangenheit und Zukunft.“

Gefühle der Dankbarkeit und der Erwartung verbinden zwei Menschen – sie haben Gemeinsames. Eine befriedigende sexuelle Beziehung erweitert sich auf natürliche Weise vom körperlich-sinnlichen Erleben auf seelische Bereiche.“ (S. 49)

3. Das Königreich der **Macht** (Solarplexus)

Das Wort „Macht“ ist in unserer patriarchalischen Kultur negativ konnotiert. Ich mag den Satz: „**Macht ist, wenn man etwas macht.**“ Mit diesem Satz sind wir nicht leidende Objekte mehr, sondern verantwortliche Subjekte mit Zielen im Leben. Ein anderes Kennzeichen dieser Stufe ist, dass wir uns in einem **Ordnungssystem mit einer sozialen Hierarchie** wahrnehmen, und es uns wichtig wird, ihre Regeln zu erkennen und zu befolgen. „Arbeit, Loyalität zu Familie und Nation, Gehorsam gegenüber Regierung und Kirche werden als höchste Tugend bewertet.“ (S. 54)

4. Das Königreich des **Herzens** (Herz-Chakra)

Nüchtern betrachtet ist dies **das Königreich der tiefsten Romantik und der höchsten Illusion**. „Herz“ scheint Trumpf zu sein. Der Herzensweg bedeutet jedoch gar nichts, solange du ihn alleine gehen musst. Er macht nur zu Zweit Sinn. „Everybody needs somebody to love.“ Dann erst kann aus der Illusion manifestierte Realität werden und das Sprungbrett zu den nächsten Stufen der Liebe. „Schmerzlich, aber hoffnungsvoll erkennen wir, dass wir bis jetzt keine Liebenden gewesen sind, jedoch dieses Ziel nach wie vor erreichen können.“ (S. 93)

5. Das Königreich der **Reinigung** (Kehlkopf-Chakra)

Um die „reine Liebe“ leben zu können, müssen wir uns von allen kulturellen Konditionen der Liebe befreien. Wir lassen als Paar Zivilisation und Konditionierung hinter uns. Wir erfahren Natürlichkeit und Wildheit neu. Wir verlassen die ausgebauten Straßen und bahnen uns einen neuen Pfad durch den von der Zivilisation noch unberührten Urwald.

In den Worten von Sam Keen: „Ehe wir den Gipfel erstürmen, müssen wir von den vergifteten Illusionen, Projektionen und Verteidigungsmechanismen gereinigt werden, die unsere Persönlichkeit, das Ego und das gesellschaftlich konditionierte Selbst bestimmen.“ (S. 99)

„Die Transformation des ‚Selbst‘, die dann stattfindet, wenn das ‚Ego‘ und die ‚Persönlichkeit‘ aus dem Weg geräumt sind. Hat eine vollständige Verlagerung der Wahrnehmung im Gefolge. ... die Veränderung ist total. ... Was bis jetzt Wirklichkeit war, wird nun zur Illusion oder *maya*. ... Das Selbst wird dann geboren, wenn das Individuum den Bannkreis politischer, religiöser und familiärer Ideologien durchbricht.“ (S. 101) Wir erkennen, dass unsere bisherige Sicht der Welt nur eine Projektion unseres Inneren ist.

„Der schmerzliche Moment tritt dann ein, wenn wir unsere Arglosigkeit verlieren und den eigenen Vorurteilen, Verteidigungsmechanismen, autonomen Komplexen und neurotischen Wahrnehmungs- und Verhaltensmustern gegenüberstehen, die unsere Persönlichkeit bestimmen.“ (S. 103)

„Das Ego besteht aus Masken und konditionierten Verhaltensmustern. Aber was ist das Selbst? Nichts.“ (S. 111) Das ist der radikale Weg des Buddhismus: die Neuerfindung des Selbst aus dem Nichts, aus der Leere. „Nichts zu sein, ist entweder das Ende oder der Anfang menschlichen Bewusstseins, der Scheideweg zur Verzweiflung oder zu einer wunderbaren Desillusionierung, die uns eine neue Identität eröffnet.“ (S. 115) Dies hat auch Auswirkungen gegenüber unserer Liebesfähigkeit: „In jedem Menschen muß sich die Vermählung zwischen dem Männlichen und dem Weiblichen vollziehen. Die psychologische Androgynie³¹ bildet das Tor zur höchsten Form der Liebe.“ (S. 116) „Androgynität bildet den Schlußpunkt auf dem Weg zur Individualität. Der androgyne Mensch transzendiert die Schizophrenie kulturellen Rollenverhaltens und führt im eigenen Selbst zur Wiedervereinigung bisher verleugneter Eigenschaften. Die individuelle Freiheit beginnt, wenn all die bisher den anderen zugesprochenen Rollen ... im eigenen Bewusstsein durchgespielt werden können. ... Nichts Menschliches ist mir fremd. Die Individualisierung endet mit der Erkenntnis, dass der Einzelne das Allumfassende erhält.“³² (S. 119)

31 Androgynie ist ein alter Begriff, der die Vereinigung männlicher und weiblicher Eigenschaften meint: modern bedeutet der Begriff wohl „Nonbinarität“. Ich würde mich als androgynen Menschen sehen, der in keinen gesellschaftlichen Rollen steckt, sondern die Seeleneigenschaften von Animus und Anima ausleben kann.

32 Das erinnert mich an die Sichtweise des Holismus: Das Ganze ist in jedem einzelnen Teil.

6. Das Königreich des **Lichts** (Stirn-Chakra)

„Das Bewusstsein hat den Höhepunkt erreicht, der „Mind“³³ ist für alles offen, was sich über und unter uns befindet.“ (S. 123) „Für einen Augenblick holt uns die Ewigkeit ein – Zeit und Raum schwinden, und wir erleben eine Vision. Ekstase, Erleuchtung! ... Das Selbst erkennt sich selbst.“ (S. 123 f.) „Das Selbst und die Welt werden als Wesenheit unterschiedlicher Dichte und als vergängliche Konstellationen materiellen Lichtes erlebt – als Energieumwandler. ... Das Selbst verschmilzt mit dem kosmischen Licht.“ (S. 124)

„Das Königreich des Lichtes wird auf dem Höhepunkt des Bewusstseins zum Ort der Erleuchtung oder der Vision von Gott.“ (S. 125)

„Entfremdung kann nur geheilt werden, wenn wir auf eine kosmische Verbindung stoßen, die dem Selbst das Wiedererlangen des Urvertrauens ermöglicht.“ (S. 129)

7. Das Königreich der **Gnade** (Kronen-Chakra)

Dieses Königreich der Gnade schenkt uns die Erleuchtung: „Das, wonach wir gesucht haben, war niemals verloren. Wir befanden uns schon immer mitten in der Ewigkeit des Lebens.“ (S. 149 f.)

„Das absolute Vertrauen in die Intention des Kosmos stellt auf höchster Stufe die Wiederholung des kindlichen Urvertrauens in die Mutter dar.“ (S. 155)

33 Mind im Sinne von „Verstand“ – nicht GEIST (Spirit)

Wir erleben die göttliche Gnade als **bedingungslose Liebe des Universums / des Kosmos für uns**. Das ist das Wesen der Erleuchtung. Es ist keine Vision, keine tausend Engel musizieren zu unserer Ehre. Wir werden keine weltbekannte Persönlichkeit. **Wir erleben einfach nur göttliche, bedingungslose Liebe in unserem Herzen**. Wir sind „Auserwählte“ wie jeder andere Mensch auch. Diese Liebe ist zu stark, um sie für uns selbst zu behalten, sie einzukapseln. **Wir werden selbst zu Botschaftern der Liebe**. Unsere Liebe kann alles Mögliche erreichen, es muss nicht DER EINE, DIE EINE sein. Das ist eher eine Illusion und Ego-Falle. Als ich zur ersten Mal das Wesen des Weiblichen zu erfassen glaubte, sagte ich mir noch: „Ich könnte alle Frauen der Welt lieben!“ Es meinte keine Individuen, sondern ein Wesen, eine Essenz, das Andere, das Polare. Ob dieses Gefühl die Basis für Promiskuität ist? Ich glaube nicht. Promiskuität ist eher Gier, Unersättlichkeit, Trophäen-Jagd, hat egozentrischen Sucht-Charakter.

Diese „Königreiche der Liebe“ sind Bewusstseins- und Liebesstufen.

Es ist ideal, wenn beide Partner auf der gleichen Stufe lieben können, sich gemeinsam auf eine höhere Stufe als Paar entfalten können.

Vielleicht ist die siebte Stufe auch „der siebte Himmel“. Doch das muss jedes Paar für sich alleine ausmachen können. Liebe ist am Ende kein Bewusstseins-Schema, sondern eine gemeinsame Erfahrung – auch von Verletzungen und Enttäuschungen. **Die gemeinsam erlebten und verarbeiteten Erfahrungen als einzelne und als Paar („Wie geht es uns heute?“) machen das Salz in der Suppe aus.**

Sam Keen sagte schon zu Anfang des Buches: „Im Laufe des Lebens bestimmen wir selbst, welches der sieben Königreiche unsere Heimat sein wird.“ (S. 17)

Das (Zusammen-) Wachsen in der Liebe ist „Arbeit“ und Gnade. Es trägt immer auch zu dem Wachsen des Männlichen und Weiblichen auf unserer Erde bei. **Wir sind nicht nur Kinder Gottes, sondern auch Kinder von Mutter Erde. Jede Liebe sollte sich dessen immer und zu jeder Zeit bewusst sein. So kann jede Liebe heilig werden. Die Vereinigung von Himmel und Erde ist das Ganze, das Heilige. Wir Menschen sind die Inkarnation dieser Vereinigung. Das impliziert eine kosmische Verantwortung!**

Chérie Carter-Scott:

„Wenn die Liebe ein Spiel ist, sind dies die Regeln“

Die Autorin hat ein paar „Regel-Bücher“ geschrieben wie „Wenn das Leben ein Spiel ist, sind das die Regeln“ – oder: „Wenn Erfolg ein Spiel ist, sind das die Regeln“. Ihre **Regeln, wenn es um Liebe geht**, sind:

1. **Man muss sich zuerst selbst lieben.** (Wenn man sich selbst nicht liebenswert findet, wie kann man dann erwarten, dass jemand anderes einen lieben kann?)
2. **Man muss die Partnerschaft wollen.** (Eine Partnerschaft kann als ein Projekt gesehen werden, das bestimmte Bedingungen und Entwicklungen erfüllen muss.)
3. **Die Liebe vom Ich zum Wir fällt nicht vom Himmel.** (Das Geschenk der Liebe besteht gerade darin, dass jeder aus seiner Egozentriertheit ausbrechen kann. Das WIR ist ein neues Wesen mit einer eigenen Seele. Gute Frage: „Wie geht es uns?“)
4. **Die Beziehung lässt Sie wachsen.** (Die Beziehung ruft Konflikte hervor; an der gewaltfreien Konfliktbewältigung durch authentischen Dialog wachsen wir.)
5. **Kommunikation ist unentbehrlich.** (Sogar wortloser Sex ist Kommunikation; Miteinander Reden ist wichtiger als Sex; vielleicht sogar mehr als ein Vorspiel und Nachspiel.)

6. **Sie müssen miteinander verhandeln.** (Wir sind zwei Menschen mit zwei Perspektiven und unterschiedlichen Bedürfnissen. Diese müssen offen kommuniziert und verhandelt werden.)
7. **Ihre Beziehung wird durch Veränderungen gefordert.** (Keine Beziehung erlaubt auf Dauer Stagnation. Beziehung ist ein Lebensprinzip und braucht Lebendigkeit.)
8. **Sie müssen Ihre Beziehung pflegen, damit sie gedeiht.** Wir pflegen Haustiere und sollten unsere Liebe gar sorgfältiger pflegen als Haustiere.
9. **Erneuerung ist der Schlüssel zur Langlebigkeit.** Je öfter wir unsere Liebe erneuern können, desto langlebiger kann sie werden. Langeweile und Einfallosigkeit dagegen ruiniert jede Liebe.
10. **Sie werden all dies vergessen, wenn Sie sich verlieben.** Wenn wir verliebt sind, sind wir außer Verstand.

Wer sich auf die Liebe einlässt, muss wissen, dass er verletzt werden wird. Es gibt keine menschliche Liebe ohne Verletzungen. Und zur Liebe gehört unbedingt auch **die Kunst vergeben zu können. Die Liebe zu lernen geht damit einher zu lernen, Verletzungen vergeben zu können.**

Es hilft, wenn wir verstehen, dass die Verletzungen in der Liebe keine primären Verletzungen sind. **Die ursprünglichen Wunden kommen in der Regel aus der Kindheit** und werden im Erwachsenenalter nur wieder aufgebrochen. Es ist hilfreich, wenn wir die Ursache einer Verletzung nicht im Partner zu sehen und persönlich zu nehmen, sondern in kindlichen Verletzungen, die sich wieder „melden“, um in persönlicher Reife geheilt zu werden.

Noch besser ist es, wenn wir solche Gefühle der Verletzung zu Anfang einer Beziehung erwarten können und sie nicht dramatisieren müssen.

Verletzungen werden kommen – das ist unausweichlich! Verletzungen gegenseitig zu heilen, ist die große Chance einer jungen Liebesbeziehung.

Nach der Phase der Verliebtheit (die Phase der „rosaroten Brille“) kommt unweigerlich die Phase des Kampfs in der Beziehung. Oberflächlich gesehen ist es die Phase der Dominanz in der Beziehung. Wer dominiert die Beziehung? Im Patriarchat ist es in der Regel der Mann.

Ich kenne ein nettes polnisches Sprichwort, das eingesteht: *„Der Mann ist der Kopf der Familie.“* Und dann im Nachsatz die Sache dreht: *„Die Frau ist der Hals, der den Kopf in die für die Frau richtige Richtung dreht.“* Das ist typisch polnischer Humor!

Bob Hoffman: Entfaltung der Liebe

Bob Hoffman ist der Begründer einer **Theapie-Art „Quadrinity Process“ zur Neuorientierung des Lebens** – von elterlichen Mustern befreit – und damit zur Selbstliebe und Liebe anderen gegenüber.

„Der Quadrinity-Prozeß ist, so wie ich ihn erlebte, nicht nur die einzige, aber eine der besten mir bekannten Möglichkeiten, den Weg der Selbsterkenntnis zu beginnen.“ (Ruediger Dahlke, S. 9)

„Der erste Schritt besteht darin, mit der unausgelebten Wut umzugehen, ... Wut zu spüren darüber, daß sie als Kind nicht beständig und bedingungslos geliebt wurden. Im Quadrinity-Prozeß ist es jedoch nur der erste Schritt, Wut auszudrücken ... (und) den Eltern, die die Ursache ihrer Neurosen waren, zu vergeben und dadurch sich selbst zu befreien. Sie lernen, ihre Eltern zu verstehen, ohne sie zu verurteilen, Mitgefühl für sie zu haben, sie als die Kinder zu akzeptieren, die sie einst waren. Indem sie dies tun, befreien sie sich von zwanghaftem Verhalten, finden Selbstannahme, Selbstvergebung und Selbstliebe und setzen so der Rebellion, Scham, Schuld und Selbstbestrafung ein Ende.“ (S. 13)

„Liebe ist nicht nur möglich, sie ist natürlich. Sie sind für die Liebe geschaffen worden: um zu lieben und geliebt zu werden. Nichts macht glücklicher als die Liebe, nichts ist schmerzhafter als ihre Abwesenheit.“ (S. 18)

„Keine spirituelle Reise, gleichgültig wie hochfliegend oder erleuchtend, ist an und für sich genug, um lieben zu lernen.“ (S.20)

„Unter der Oberfläche der menschlichen Negativität liegt ein vollkommener Diamant, die Essenz, Ihr wahres Wesen. Werden die verkrusteten Schichten von diesem Diamanten entfernt, kann das wirkliche, liebevolle Selbst freigelegt werden. Dies ist Ihr Wesenskern, Ihr wahres, spirituelles, vollkommenes Selbst (Manchmal auch essentielles oder höheres Selbst genannt). ... Da die Unfähigkeit zu lieben ein emotionales Problem ist, haben viele von uns im Labyrinth der Psychotherapien und Workshops, die persönliche Entfaltung versprechen, nach Lösungen gesucht. ...Sie bieten keine Lösung. Nur wenige haben sich als von bleibendem Wert erwiesen.“ (S. 21 f.)

„Wie das Essen beinahe alles, was Sie in Ihrem Körper aufnehmen – Alkohol, Zigaretten und Drogen aller Art – dazu benutzt werden, den Schmerz darüber abzutöten, keine Liebe zu geben und zu empfangen. Die Schwierigkeit mit dem Trinken, dem Rauchen und den Drogen aufzuhören, liegt darin, dass diese Substanzen nicht um ihrer selbst willen benutzt werden, sonder um etwas nicht viel Schlimmeres zu vermeiden: Um nicht wirklich erfahren zu müssen, wie weh es tatsächlich tut, ohne Liebe zu leben. ... Es ist traurig, aber wahr, dass das, was Alkoholiker, Kettenraucher und Junkies wirklich umbringt, nicht ihre (Sucht-) Gewohnheit ist, sondern ihr Mangel an Liebe für sich selbst und andere.“ (S. 24)

„Um den Zustand der Liebesfähigkeit zu erreichen, müssen Sie sich zuerst darüber im klaren sein, was Liebe ist und was nicht und dann die Blockierungen und Widerstände dagegen durch Umerziehung und Umlernen ausräumen.“ (S. 27)

Schon 1967 hat Bob Hoffman **das Konzept der „Negativen Liebe“** entwickelt: „Negative Liebe ist der emotionale Trieb, der die Menschheit am meisten verkümmern lässt. Negative Liebe besteht in der Übernahme der negativen Verhaltensweisen, Launen, Eigenschaften und (unausgesprochen oder offenen) Ermahnungen Ihrer Eltern.“ (S. 33) „Haben Sie sich von den zwanghaften Aspekten befreit, verfügen Sie über einen freien Willen und haben die Wahl des jeweils sinnvollen Verhaltens.“ (S. 34)

„Liebe hat sich schon immer einer Definition entzogen, doch versuchen wir es einmal damit: Liebe ist das Fließen, das sich Ergießen und Ausschütten von emotionaler Güte aus Herz und Seele, die Sie erst sich selbst und dann anderen erweisen. Die einfache Wahrheit dieser Definition ist: Man kann keine Liebe geben, es sei denn man besitzt oder hat sie.“ (S. 40) „Alles, was übernommen werden kann, kann auch abgelegt werden. Das ist nicht einfach, aber möglich. Der Quadrinity-Prozeß liefert die Mittel dazu.“ (S. 44)

„Um dies zu erreichen, müssen Sie das Syndrom Negativer Liebe auf allen vier Ebenen angreifen: körperlich, gefühlsmäßig, intellektuell und spirituell.

Jede geringere Bemühung würde nur zu einer teilweisen, aber nicht zu einer vollständigen Freilegung führen. Die Lösung, nach der wir suchen, ist die positive Integration der vier Aspekte des Selbst, der Quadrinität³⁴. Voraussetzung dafür ist, dass Sie vollständige Selbstannahme, völlige Selbstvergebung, völlige Annahme Ihres Selbstwertes und bedingungslose Selbstliebe finden. Um dies zu erreichen, brauchen Sie den Mut zur ehrlichen Selbsterforschung sowie die Bereitschaft, sich dieser Herausforderung zu stellen.“ (S. 53) Bob Hoffman nennt dies eine „Lichtreise“ (S. 49 ff.).

34 Mit Quartinität (Vierfältigkeit) ist bei ihm gemeint: Körper – Emotion – Geist (Verstand) – Seele

Ingrid und Kurt Bauer: Tritt aus deinem Schatten.

Der Quadrinity-Prozess und der Selbsthilfetherapie des RECYCLINGS

Das Buch von Ingrid und Kurt Bauer, beide Schüler von Bob Hoffman, ist ein **Anwenderbuch des Quadrinity-Prozesses**. Sie schreiben im Vorwort: „Die beste Art, unsere Eltern zu ehren und zu lieben, ist, für sich selbst das zu tun, wozu unsere Eltern nicht in der Lage waren, um ihnen dann die Liebe zu geben, die sie nie erhalten haben!“ (S. 8)

Diesen Prozess kann man nicht über ein Buch nachvollziehen, sondern dazu braucht es eine Gruppe unter fachkundiger Anleitung. Der Standard-Prozess geht über 7 Tage. „Das Quadrinity-Modell arbeitet mit diesen vier Aspekten des Selbst³⁵ und führt in einem stark und klar strukturierten Weg zum Selbst-Akzeptieren, zur Selbst-Vergebung und zur Selbst-Liebe, die dann ausstrahlt auf die eigenen Eltern und darüber hinaus auf andere Menschen. Er (der Prozeß – JS) kann nur einmal im Leben gemacht werden und führt unweigerlich in die Selbstverantwortung.“ (S. 7) „Für mich ist es ein Wunder – ein hart erarbeitetes, aber ein Wunder! Jahrelange Psychotherapie, Medikamente, Meditation und was weiß ich noch hatten nicht das vermocht, was eine Woche Quadrinity-Prozeß in mir an Änderungen bewirkte.“ (S. 16)

35 Vier Aspekte des Selbst: Körper – Emotion – Intellekt – Spirituelles Selbst (= Seele)

„Die Unfähigkeit zu lieben ist ein Virus, der den Krebs der negativen Liebe auslöst. Das Syndrom der negativen Liebe ist der Schlüssel zu allen neurotischen und negativen Verhaltensmustern. Als Kinder hungerten wir nach der Liebe der Eltern. Negative Liebe ist noch besser als gar keine. Wir saugen die negative Liebe unserer Eltern auf, dann ist unsere Beziehung zu ihnen von Negativität überschattet. ... Die Tragödien des Lebens wurzeln im negativen Liebessyndrom, das wir im Suchtverhalten, in unerfüllten Beziehungen, Krankheiten, Karrieresucht, selbstzerstörerischen Verhaltensweisen und destruktiver Kindererziehung wieder und wieder ausleben m ü s s e n , während wir die Ursachen vergessen haben.“ (S. 39 f.)

Colin C. Tipping: Wachsen in der Liebe

Wie wir unseren Lebensplan entschlüsseln und unser inneres
Potential entfalten

Colin C. Tipping ist ein weiterer Autor, der uns dabei helfen kann, bedingungslose Liebe zu lernen.

„Wir müssen unser Bestes tun, um alles zu meiden, was nicht Liebe ist. Sonst laufen wir Gefahr, dass wir in niedrigen Schwingungen stecken bleiben, unserem Wachstum und unserer inneren Evolution im Wege stehen. In diesem Buch finden Sie eine Vielzahl von Hinweisen, Hilfsmitteln und Verfahren, die Ihnen helfen, in der Liebe zu wachsen. Das ist der eigentliche Zweck dieses Buches.“ (S. 7)

Tipping spricht **die „Welt der Dualität“** an „und (wir JS) arrangieren unser Leben so, dass wir ausgiebig Gelegenheit haben, die Trennung zu spüren.“ (S. 9) **Er interpretiert „Trennung“ also nicht als Übel, sondern aus Voraussetzung, spirituell wachsen zu können.**

Es gibt einen überraschende Satz von Teilhard de Chardin (nacherzählt):
Wir sind keine Menschen, die die Erfahrung des Göttlichen machen, sondern göttliche Wesen, die die Erfahrung des Menschlichen machen.
Tipping interpretiert diesen Satz so:

„Wir bitten Gott uns die Gelegenheit zur Inkarnation zu geben, damit wir diese spirituellen Lektionen lernen und uns auf eine höhere Ebene ausdehnen können. Das ist meine Interpretation der Aussage: ‚Wir sind spirituelle Wesen, die die menschliche Erfahrung machen.‘ Aus meiner Sicht war es kein schrecklicher Fehler und auch keine Sünde, uns auf das Experiment der Trennung einzulassen. Wir haben die Welt des Menschen gewählt, und ich glaube, dass dies vollkommen dem göttlichen Plan entspricht. Die Welt des Menschlichen ist unsere Schule. Das Leben ist unser Lehrplan. Und wir erhalten täglich unsere Lektionen. Unsere Mitmenschen, unsere Haustiere und die Tiere in der Wildnis sind unserer Lehrer.“ (S. 9 f.)

Ich will hier – im Sinne des Buchthemas – ergänzen, dass **der Planet Erde und unsere Inkarnation als Menschen die einzigartige Möglichkeit ist, bedingungslose Liebe zu lernen. Das ist unsere Hauptlektion in der Schule des Lebens.** Einen Schritt weiter noch: Die Engel beneiden uns, dass wir diese Erfahrung als Menschen machen können, Erfahrung, die für einen Engel nicht möglich sind! Das heißt aber auch: **Gut, dass unsere Geliebten Menschen und keine Engel sind!**

„... Dies zeigt deutlich, dass wir alle den Schmerz der Trennung erleben, wenn auch in mehr oder weniger starker Form, je nachdem, wie viel wir davon zulassen. Wir alle scheinen Meister im Erzeugen von Trennung zu sein. Das Opferbewusstsein ist noch immer das vorherrschende Paradigma in der Gesellschaft und dies seit etwa fünftausend Jahren.“ (S. 14 f.)

Ein wichtiger Begriff bei Tipping ist **der Begriff „Seelenreise“**. Er sieht im Ablauf unserer Inkarnationen eine **Seelenreise des Erwachens**: aus der „Phase der spirituellen Amnesie“ (des völligen Vergessen, wer wir sind) in die „Phase des Wachstums in der Liebe“, aus dem „Opferbewusstsein“ in den „Himmel auf Erden“ und „Am Ende zählt nur die Liebe.“ (S. 17) Tipping versucht eine **Definition der Liebe**: „Das Annehmen dessen, was ist. (Die Definition von Angst ist folglich: ‚Der Widerstand gegen das, was ist – so, wie es ist.‘“ (S. 18)

Er sieht diesen notwendigen Paradigmenwechsel zur Liebe hin nicht nur bei jedem einzelnen Menschen, sondern auch bei der ganzen Menschheit. **„Die Menschheit steht vor ihrem kollektiven Erwachen und wird auf eine Weise in der Liebe wachsen.“** (S. 19)

„Dies (die allgegenwärtige Trennung – JS) wird so lange fortgesetzt, bis der Punkt erreicht ist, an dem unsere Seele all den Trennungsschmerzen erfahren hat, den sie in ihrem Leben erfahren wollte. Erst dann sind wir frei für das Wachstum in einer Liebe, die echt, dauerhaft und authentisch ist und die uns das Beste bringt, was *Agape, Eros, Philia und Sorge* zu bieten haben. Erst dann finden wir einen authentischen Zugang zu der Liebe, die wir jederzeit in uns haben.“ (S. 12)

„Die Wahrheit ist, dass wir vollkommen sind, immer vollkommen waren und immer vollkommen sein werden, und zwar so, wie wir sind. Als spirituelle Wesen mit einer menschlichen Erfahrung erscheinen wir natürlich als unvollkommen, doch aus spiritueller Sicht liegt unsere Vollkommenheit genau in dieser Unvollkommenheit:

Ohne unsere scheinbare Unzulänglichkeit würde des Spiel des Lebens nicht funktionieren.“ (S. 33) „Wenn Sie also echte Liebe für sich selbst entwickeln wollen, beginnen Sie am besten damit, dass Sie die Vollkommenheit aller Menschen in ihrer Umgebung sehen, und lassen Sie das Licht dieser Vollkommenheit auf Ihre eigene, individuelle Vollkommenheit ausstrahlen. Liebe kann nur Liebe erzeugen. Wenn wir jemanden oder etwas lieben, lieben wir immer auch uns selbst und damit Gott. Wenn Gott Vollkommenheit ist und wir kleine göttliche Funken sind, dann sind auch wir vollkommen.“ (S. 34) Im nächsten Kapitel bespricht Tipping den **„tieferen Sinn einer Beziehung“**: „Beziehungen haben einen doppelten Sinn. In der Phase der spirituellen Amnesie gehen wir sie ein, um einander Lektionen in Sachen Trennung zu geben. Nach dem Erwachen kommen wir zusammen, um einander zu helfen, in der Liebe zu wachsen. So einfach ist das.“ (S. 35) Als weitere Funktion einer Liebe (neben der Erzeugung von Trennungserfahrungen) sieht Tipping:

1. **Heilen alter Wunden**

Zum Heilen alter Wunden brauchen wir Menschen, die uns spiegeln

2. **Heilende Engel**

Unsere Mitmenschen helfen uns, mit unserem Karma und Opferbewusstsein in Resonanz zu kommen. Wir sind Seelenpartner, die sich gegenseitig helfen, zu erwachen und in der Liebe zu wachsen.

3. **Erfüllung einer Seelenvereinbarung**

Es ist wichtig, sich immer zu fragen, ob es eine Seelenvereinbarung gibt, um so der Beziehung einen neuen Sinn zu geben.

4. **Ausgleich karmischer Energien**

Energien streben immer nach Ausgleich. Wer in einem früheren Leben als Opfer gelebt hat, macht jetzt die ausgleichende Erfahrung des Täters (und umgekehrt). Das entspricht der vollkommenen Balance des Universums.

5. **Hilfe bei der Erfüllung unserer Mission**

Unsere alles übergeordnete Mission ist **die Heilung der Menschheit**. Eine Beziehung ist dieser Mission entsprechend ihrer Bewusstseinsstufe untergeordnet.

Die dunkle Nacht der Seele

Dies ist ein altes spirituelles Gesetz: Neben unserer strahlenden Persönlichkeit schleppen wir immer auch **einen dunklen karmischen Schatten durch die Inkarnationen** mit (S. 61 ff.): alte Wunden wollen geheilt werden. Es gibt im Leben immer wieder Krisen und Katastrophen. Erwachte Menschen erkennen darin einen „Weckruf“. „Vor dem Erwachen steht häufig eine Art Zusammenbruch, eine ‚dunkle Nacht der Seele‘, in der deutlich wird, dass Ihr Leben, trotz allen Bemühens, alles perfekt zu machen, so nicht mehr funktioniert. ... Es folgt ein Teilzusammenbruch oder Burnout, oft begleitet von vielen Tränen und Depressionen“ (S. 61) und „der Wandel beginnt.“ (S. 64)

Tipping: Dreizehn Schritte zum Radikalen Erwachen (S. 71 ff.)

1. Fühle, dass du ein getrenntes Wesen bist.
2. Nehme den Schmerz der Trennung wahr.
3. Realisiere so oft wie möglich, dass du im Kern ein spirituelles Wesen bist.
4. Erkenne: Du musstest deine Seelen-Vereinbarung mit der Geburt vergessen (Anamnese)
5. Welche unterschiedlichen Formen der Trennung hast du in deinem Leben schon erlebt?
6. Nimm die Menschen, die in deinem Leben das Gefühl der Trennung verursacht haben, als verwandte, dir dienende Seelen wahr.
7. Entwickle für diese Seelen ein Gefühl der Dankbarkeit.
8. Erkenne: Alles in deinem Leben hat einen Sinn zu deiner Vervollkommenung.
9. Siehe im Rückblick, dass du von einem höheren Wesen geführt wurdest.
10. Erkenne, dass du in deinem Leben mehr und mehr erwachst – in Liebe, Vertrauen, Akzeptanz und Umsicht für dich selbst und andere.
11. Erkläre deine Breitschaft weiter zu erwachen.
12. Lerne dem Universum zu vertrauen, dass deine Bedürfnisse genau dann erfüllt werden, wenn sie es brauchen.
13. Praktiziere selbst die „radikale Vergebung“!

Ein neues Lebens-Paradigma entsteht

Im Prozess des Erwachens entsteht ein neues Paradigma. Du erkennst die zwei Welten: **die Welt des Scheins und die Welt der Wirklichkeit.** In der Welt der Wirklichkeit erkennst du in allen Menschen Kinder Gottes (selbst in Figuren wie Hitler) und lernst ihnen zu vergeben.

„Jeder ist genau da, wo er sein muss. Niemand hinkt auf seinem spirituellen Weg hinterher. Niemand ist weniger spirituell als andere. Jeder ist auf seinem eigenen spirituellen Weg und die Seele jede spirituelle Person weiß genau, was für sie in diesem Moment richtig ist. Es gibt keine Fehler. Ihre Aufgabe ist es, sich um sich selbst zu kümmern und zu tun, was Sie zu tun haben.“ (S. 99)

Ich will hier nicht das ganze Buch von Colin Tipping besprechen. Wer hier eine Resonanz spürt, wird es sich selbst besorgen wollen und es komplett mit den Übungen durcharbeiten.

*Spring auf deine Füße, schwinge deine
Fäuste, drohe dem ganzen Universum und
warne es, dass dein Herz nicht mehr länger
ohne wahre Liebe leben kann!*
HAFIZ³⁶

John Welwood: Vollkommene Liebe

und wie sie vielleicht sogar in einer Beziehung
gefunden werden kann

John Welwood stellt die Frage aller Fragen deutlich zu Anfang des Buches: „Warum fällt es der Liebe so schwer, das dichte Gewebe der menschlichen Beziehungen zu durchdringen? **Wenn die Liebe die größte Quelle unseres Glücks und unserer Freude ist, warum ist es dann so schwer, sich ihr ganz zu öffnen und sie unser Leben beherrschen zu lassen? Was ist das Problem?**“ (S. 11) Und er schreibt: „Dieses Buch ... konzentriert sich auf die Wurzel aller Beziehungsprobleme, „die Mutter aller Beziehungsprobleme“ – unsere verwundete Beziehung zur Liebe selbst.“ (S. 12)

Der Autor sieht das Grundproblem in der „**Stimmung von mangelnder Liebe** ...“, auf einen tiefsitzenden Verdacht, den wir alle in unserem Leben hegen, dass wir nicht *einfach nur dafür, dass wir der sind, der wir sind*, geliebt werden könnten oder als solcher nicht wirklich liebenswert seien.

36 HAFIZ (ca. 1320 – 1390) im Iran, ein persischer Dichter und mystischer Poet

Diese **Grundunsicherheit** macht es uns schwer, Vertrauen in uns selbst, in andere Menschen oder das Leben selbst zu haben. Die Tatsache, dass wir nicht durch und durch wissen, dass wir wirklich geliebt werden oder liebenswert sind, untergräbt unsere Fähigkeit, Liebe frei zu geben und zu nehmen. Das ist die **Kernwunde**, welche zwischenmenschliche Konflikte und eine ganze Reihe bekannter Beziehungsprobleme verursacht.“ (S. 12) Ein großes Thema des Buches ist die Stimmung des Grolls und wie man den Groll loslassen kann. **Groll (auf alles und jeden) ist Ausdruck des (verdeckten) Selbsthasses**. Das ganze Problem des Wachsens in der Liebe ist, aus diesem Selbsthass in die Selbstliebe zu kommen. Wir glauben nicht mehr an das Gute in uns, sondern unser Kern scheint **ein schlechtes Selbst** zu sein. „Auf diese Weise macht sich Scham – das Gefühl, dass das Selbst, das wir sind, nicht gut ist – im Körper und im Geist breit. Scham ist zweifellos das schmerzhafteste aller Gefühle. Das ist so, weil die Scham die entscheidende Wahrheit leugnet – dass unsere Grundnatur von sich aus schön und gut ist.“ (S. 109) „Die Scham lähmt uns, indem sie uns an unserem grundlegenden Gut-Sein zweifeln und uns so die Wahrheit dessen, was wir sind, verneinen lässt.“ (S. 110) Der Autor fragt auch danach, wie es so „schlechte Menschen“ wie Hitler oder Stalin gebe. „Hier wird die Wurzel allen Übels aufgedeckt: *Es gibt keine schlechten Menschen, nur schlecht geliebte Menschen.*“ (S. 114) Der Schlüssel ist, die eigenen Gefühle zuzulassen. Sie sind eine Wahrheit, die man nicht wegrationalisieren darf, selbst wenn es Scham, Zweifel, Selbsthass ist. Ohne dieses Gefühle gibt es keinen Pfad zum eigenen Wesen.

Ken Keyes: Bedingungslos lieben lernen. Von der Kraft unserer Gefühle

Der Autor schreibt in der Einleitung zu diesem klassischen Werk: „Ich habe dieses Buch geschrieben, um Ihnen dynamische Techniken zum persönlichen Wachstum anzubieten, die mich selbst befähigt haben, ein erfüllendes, glückliches Leben zu führen. Sie werden erfahren, wie Ihnen bedingungslose Liebe helfen kann, das zu erreichen, wonach Sie in Ihrem Leben wirklich suchen.“ (S.11)

Das Buch enthält vier Teile:

- Teil I: Sieben Anleitungen, wie man eine Beziehung eingeht
- Teil II: Sieben Anleitungen, wie man eine wunderbare
 Beziehung schafft
- Teil III: Sieben Anleitungen, wie Sie Ihre Beteiligung an einer
 Beziehung ändern können
- Teil IV: Bedingungslos lieben

Der Autor gibt seine Definition der Liebe:

„Für mich ist reine Liebe ein Herzensgefühl der Akzeptanz, Fürsorge und Wärme. Liebe ist keine Handlung – obwohl sie uns zu hilfreichen Handlungen verleiten kann. Sie ist eine Brücke des Herzens, die von Getrenntsein zu Eins-Sein führt. Und aus diesem Liebesgefühl heraus entfalten sich unsere schönsten und edelsten Momente.“ (S. 199)

„Unsere eigene persönliche Reise zum Wachstum ist möglicherweise die größte Leistung, die wir vollbringen können. Die äußeren Dramen des Reichwerdens oder Berühmtwerdens sind im Vergleich dazu ein Kinderspiel. Und Reichtum und Berühmtheit gewähren nicht das Glück und die Erfüllung des spirituellen Wachstums.“ (S. 200)

„Ich entdeckte, dass ich die Reinheit der Liebe verlor, wann immer mein Ego eine Gegenleistung von meiner Partnerin erwartete. Weder Magie noch Spontaneität entstanden, wenn ich in einer Buchhalter-Einstellung gefangen war. Denn Liebe ist kein Tauschgeschäft. Als ich begann, zu lieben und zu dienen, ohne mich um Gegenseitigkeit zu sorgen, hat sich um mich herum ein liebevolles Feld auf, in dem ich viel zurück bekam, viel mehr, als ich je geben konnte.“ (S. 204) Und er schreibt weiter: „Wahre Liebe ist unüberwindlich und unwiderstehlich. Sie sammelt immer mehr Kräfte und verbreitet sich, bis sie schließlich jeden verwandelt, den sie berührt. **Die Menschheit wird durch das freie und ungehinderte Wechselspiel der reinen Liebe von Herz zu Herz zu einer neuen Seinsweise gelangen.**“ (S. 207) „Liebe ist für Partner, die zusammenleben, nicht nur eine Abkürzung zu Harmonie und Glück – sie ist der einzige Weg.“ (aaO)

„Bedingungslose Liebe ist das Geheimnis für den Erfolg im kosmischen Ausbildungslager, das wir Leben nennen.“ (S. 208)

Am Ende hat der Autor eine einfache Formel:

mehr lieben, weniger fordern.“

Teil II

Das Dao der Liebe

**Eigene Erfahrungen
und Gedanken zum WIR**

Nachdem ich meine Lieblingsbücher zum Thema „Wahre Liebe“ referiert habe, möchte ich nun meine eigenen Erfahrungen und Gedanken darlegen: Über Trennungsschmerzen oder Angst lernen wir, dass sogar dahinter in der Tiefe nur die Liebe steht, dass es **kein anderes essentielles Gefühl als die Liebe gibt**. Liebe ist der Urzustand des Paradieses. Doch wir können nicht ewig im Paradies leben. Es gibt etwas, das uns aus dem Paradies vertreibt. Wir lernen, dass **das Leben eine Abfolge von Trennungen** ist, die uns immer weiter wachsen und reifen lässt. **Die erste Trennung ist die Geburt selbst**. Wir trennen uns durch die Geburt, weil es in der Gebärmutter immer enger wird. Den Ausgang zu finden, das Licht der Welt zu erblicken und selbst zu atmen ist attraktiver als in der Enge der nährenden und beschützenden Gebärmutter zu verharren, auch wenn sie uns komplett versorgt hat. **Die Trennung von der ersten Liebe als Jugendlicher ist sicher die schmerzhafteste Trennung**. Zum ersten Mal erleben wir als erwachsen werdende Menschen Katastrophen wie Verrat, Verlassenwerden, Untreue, Lügen, Täuschungen, versteckte Geheimnisse des anderen, Manipulation, Misshandlungen, Missbrauch, Ablehnung und Bestrafung. Wir trennen uns (werden getrennt) im GROSSEN PLAN, um auf unserem Seelenweg über den Weg des Leidens eine höhere Form der Liebe erfahren zu dürfen und zu können. Nach dieser großen Enttäuschung mit der menschlichen Liebe erkennen wir: Nur „Gott“³⁷ ist DIE LIEBE. **Wir können von einem anderen Menschen nur bedingte Liebe, aber keine göttliche Liebe erwarten und nur enttäuscht werden.**

37 Ich verwende hier den üblichen Begriff „Gott“ – ohne weitere Attribute.

Philosophie der Liebe

Ich denke, wir müssen über die Liebe philosophieren; vielleicht sind die Liebe und das Lebens die wichtigsten Themen der Philosophie überhaupt! Und das sollte keinesfalls Berufsphilosophen vorbehalten sein. Lebens-Philosophie gehört in die Hände der Menschen! Philosophie und Liebe scheinen dabei jedoch kein Dreamteam zu sein.

In meiner Sicht zeigt das chinesische Volk aktuell, dass es wohl das intelligenteste und innovativste Volk auf unserem Planeten ist: gut, sie hatten Laotse und Konfuzius wie Europa Pythagoras und Platon als große Philosophen hatten, die für das Denken prägend waren. Diese Rückführung auf Laotse und Konfuzius ist schon eine Spur, aber noch keine Erklärung für die Intelligenz des chinesischen Volkes. Ich war als junger Mensch „Maoist“; damals hatte ich vieles im Maoismus als Propaganda und Ideologie nicht durchschaut. Was ich aber verstanden habe, dass **Mao Tse-Tung (Mao Zedong) einen großen Wert auf die philosophische Ausbildung des Volkes legte.** Die damaligen Schriften zum „dialektischen Materialismus“ von Hegel, Marx bis Stalin waren als Volksphilosophie viel zu komplex³⁸. Mao war aber ein Meister als Volkslehrer: Er brach den dialektischen Materialismus auf eine leicht zu lernende Volksphilosophie herunter: **„Über den Widerspruch“ und „Über die Praxis“** (zwei kleine philosophische Broschüren, die ich seinerzeit auch gelesen habe): in China Pflichtlektüre.

38 Ich bitte darum, den Unterschied von komplex und kompliziert zu beachten. Das Komplexe muss nicht automatisch kompliziert sein!

Seine kleine **philosophische Schrift „Über die Praxis“** fokussiert „die chinesische Philosophie“³⁹ darauf, dass sie vor allen Dingen **Praxisprobleme zu lösen hat**. Im Westen gilt Philosophie eher als Elfenbeinturm-Perspektive, als eine für den Alltag „unpraktische“, komplexe Weltanschauung für Berufsphilosophen.

Die zweite **philosophische Mao-Schrift „Über den Widerspruch“** ist klar darauf ausgerichtet, dass die Chinesen in Widersprüchen keine Unlogik verstehen, sondern ein Spannungsverhältnis wie PLUS und MINUS im Elektromagnetismus. **Der Widerspruch ist kein philosophisches Ausschluss-Kriterium der Logik, sondern der dynamische Kern der chinesischen Philosophie.**

Ich könnte mir gut vorstellen, dass in China 80% der erwachsenen Bevölkerung diese beiden Schriften von Mao studiert haben – und „die Chinesen“ ein Volk von Philosophen sind, das jedes Problem – auf welcher Ebene auch immer – mit den philosophischen **Techniken der Dialektik**⁴⁰ knacken kann. Ich habe einen großen Respekt und Bewunderungen für die aktuellen chinesischen Innovationen, in denen sie heute schon nach 75 Jahren Volksrepublik Weltmarktführer sind (Stichwort: KI und Elektroautos).

39 Ich bin mir natürlich bewusst, dass Begriffe wie „die Chinesen“ oder „die chinesische Philosophie“ eine unzulänglich Verkürzung ist. Verstehen wir solche Verkürzungen also nicht als empirische Beschreibung, sondern mehr als „Chiffren“.

40 Der Begriff der „Dialektik“ ist ein philosophischer Begriff von Hegel, dessen Schüler der junge Marx als Student war.

Es ist ja nicht so, dass der Westen keine prägenden Philosophen gehabt hätte. Ich denke an René Descartes und seine „Abhandlungen über die Methode, die Vernunft richtig zu gebrauchen“ und „Meditation über die Grundlagen der Philosophie“. Dies hätte im Westen auch philosophische Basis-Literatur in den Schulen sein können. Aber Philosophie spielt in den Lehrplänen des Westens ja sowieso keine Rolle. Ich erinnere mich daran, dass ich in den letzten Klassen des Gymnasiums zwischen Religion und Philosophie wählen konnte; ich wählte Philosophie. Mein Philosophie-Lehrer war ein komischer Kauz (wie man sich halt Philosophen so vorstellt). Er unterrichtete Sprach-Philosophie, wie sie gerade aktuell war (Wittgenstein, Chomsky, Analytische Sprachphilosophie, Strukturalismus). Es war absolut faszinierend. Wenn ich an meine Gymnasialzeit zurück denke, hat er mich mit seiner Philosophie-Lektionen am meisten in meinem Denken als Gymnasiast beeindruckt und beeinflusst. Später verfolgte ich den Streit in der deutschsprachigen Sozialphilosophie zwischen einerseits der Frankfurter Schule (Marcuse, Adorno, Horkheimer, Habermas) und der Wiener Schule/Kreis (logischer Empirismus/Popper). Damals lernte ich etwas Wichtiges:

Ich studierte nicht nur „meine“ Autoren der Frankfurter Schule, die mir als Marxist ideologisch nahe standen, sondern begann auch den Kontrahenten Karl Raimund Popper als „analytischen Rationalisten“ zu lesen. Ich wollte den theoretischen Kontrahenten der Frankfurter Schule im Original lesen und nicht nur in Nacherzählungen der Kritiker. Und, oh Wunder: Ich fand seine Schriften überraschend überzeugend! Schock, lass nach!

Poppers Schrift „Die offene Gesellschaft und ihre Feinde“ wurde für mich die finale theoretische Abrechnung mit dem Marxismus! Ich hatte das Wesen eines totalitären (nicht offenen) Denkens endlich verstanden! Danke, Karl Raimund!⁴¹

Jedenfalls hat mich Philosophie schon als Jugendlicher interessiert. Gut, dass ich schon sehr früh **Karl Jaspers** (1883 – 1969) als Philosoph entdeckt und gelesen habe wie: „Einführung in die Philosophie“, „Was ist Philosophie?“, „Kleine Schule des philosophischen Denkens“, „Die Chiffren der Transzendenz“, „Die großen Philosophen“. Ein anderer Philosoph aus Großbritannien, der mich sehr beeindruckt hat: Bertrand Russell („Philosophie des Abendlandes“); der im Gegensatz zu Jaspers (dieser ließ Pythagoras in seinem Hauptwerk „die großen Philosophen“ gänzlich unerwähnt) auch Pythagoras lobend besprochen hat: „... war einer der geistig bedeutendsten Männer, die je gelebt haben“ (Russell aaO, S. 51) Bei Karl Jaspers hat mir besonders sein **Begriff der „Achsenzeit“** eingeleuchtet. Und es ist ja bemerkenswert, dass etwa 500 v.Chr. sowohl in Europa wie in China **der „Heilige Geist“ über die Menschheit** kam: Es war in China die Zeit von Laotse und Konfuzius, in Europa von Pythagoras und Platon, in Persien Zarathustra. Um so enttäuschender war es für mich, dass Karl Jaspers die Rolle von Pythagoras für das Abendland nicht erkannte.

41 Meine Lehre daraus: Studierte nie nur den Kritiker, sondern auch das Kritisierte, um ein eigenes und ausgewogenes Urteil bilden zu können mit der Regel: Eine Kritik sagt mehr über den Kritiker aus als über das Kritisierte!

Für mich als studierter Pädagoge habe ich dann selbst den Mut gefunden, ein philosophisches Buch der Pädagogik zu schreiben: „Philosophie der Bildung“⁴². Ich denke, wenn man der Philosophie als „Königsdiziplin“ gerecht werden will, dann sollte man jedes Thema erst einmal philosophisch „abklopfen“, so auch das Thema Liebe: **Was hat die Philosophie zum Thema Liebe zu sagen⁴³? Mein erster und durchaus irritierender Eindruck: nicht viel!**

Kleiner persönlicher Exkurs: Ich habe schon zwei Diplomarbeiten geschrieben, aber keine mündlichen Prüfungen ablegen können, so dass ich formal kein Diplom als Pädagoge habe, es kam immer für die finale Prüfung an den Universitäten (bzw. PHs) in Dortmund und Münster irgendetwas wie ein Umzug „dazwischen“. Irgendwie war ich der „ewige Student“, der für seine Studien nie einen Abschluss finden konnte. Und ich erkenne: Es ist leichter ein Studium zu beginnen als es abzuschließen. Jeder Abschluss ist irgendwie mit einem „Schluß jetzt!“ erzwungen. Selbst aktuell stehe ich beim Schreiben dieses Buches vor einem Umzug von der Schweiz nach Südfrankreich. Vor dem Umzug werde ich meine „übermenschliche Bibliothek“ auflösen und meine finalen Bücher fertig stellen müssen. Das Positive: Ich kann mit Druck gut umgehen, wenn es nicht gleich zum Bluthochdruck kommt.

42 Genauer Titel: „Philosophie und Metatheorie der Selbst-Bildung – das integrale Konzept. Von der kosmischen zur pädagogischen Bildung“, Hochdorf, 2025

43 Ich kann mich dunkel daran erinnern, dass Friedrich Engels (der Partner von Karl Marx) in seinem Werk „Ludwig Feuerbach und der Ausgang der klassischen deutschen Philosophie“ ihn als „Philosoph der Liebe“ abfällig als „weltfremd“ kritisiert hat. Im Marxismus ist Liebe kein Thema!

Der Daoismus⁴⁴ als philosophisches System



Das klassische Werk des Daoismus ist das TAO TE KING mit den 81 Versen von Laotse (Laozi). Ich favorisiere die Übersetzung von Heinz Klein und sein interpretierendes Buch „Briefe zum TAO TE KING“.

Ich will nicht bluffen: Ich sehe mich nicht als Experte des Daoismus. Doch ich finde den Daoismus als philosophisches System so fundamental, dass man die Essenz seiner Philosophie kennen sollte:

Jeder kennt **das Symbol von Yin und Yang**. Ich hatte schon als Jugendlicher ein Medaillon mit diesem Symbol getragen. Es faszinierte mich **als Symbol für das PAAR**, ohne dass ich seine tiefere philosophische Bedeutung schon verstand. Das erste Buch, das ich über Yin und Yang las, war das von Sukie Colegraveaus aus dem Jahr 1984.

YIN steht für das weibliche Prinzip, YANG für das männliche. Das verbindende TAO (DAO) ist das übergeordnete Prinzip und nicht mit einem einzigen Begriff ins Deutsche zu übertragen. Das Problem ist, dass man das DAO durch die Brille des westlichen Denkens interpretiert – und damit total verfehlt. **Was also ist das DAO – chinesisch verstanden?**

44 Das TAO ist die Schreibweise, mit der diese chinesische Philosophie im Westen bekannt geworden ist, auf Bitten der chinesischen Philosophen, dass es weicher geschrieben und ausgesprochen werden müsse, wurde die alte Schreibweise des TAO umgewandelt in DAO und entsprechend in den „Daoismus“.

Der Bedeutungsinhalt des DAO lässt sich mit folgenden sieben deutschen Dimensionen qualitativ näher bestimmen (aber nicht begrenzen):

- Geist
- Natur
- Seele
- Kreativität
- Gemeinschaft
- Weg
- Wandel

Das YIN-YANG polarisiert alle sieben Dimensionen noch einmal in weiblich-männlich, also – den weiblichen und den männlichen Aspekt des GEISTES, der NATUR, der SEELE, der KREATIVITÄT, der GEMEINSCHAFT, des WEGES und des WANDELS. Wir hätten damit also schon 14 zentrale Aspekte des DAO. **Das ist einfach und komplex zugleich: chinesische Intelligenz!**

Ich denke, es ist klar, dass es im Deutschen keinen Begriff gibt, der die sieben Dimensionen und vierzehn Aspekte des DAO in ein einziges Wort bringen könnte.

Die westliche Philosophie hat drei zentrale duale Begriffe :

- Leben: Sein und Werden
- Erkennen: Schein und Wirklichkeit
- Entwicklung: Freiheit und Notwendigkeit

Hierbei spielt der Begriff des Dualismus eine große Rolle, der eine typisch negative Konnotation hat.

Ein weiteres Prinzip des Daoismus ist **das „Wu Wei“**, das man oberflächlich als „Nicht-Tun“ oder „Nicht-Eingreifen“ übersetzen könnte. Doch es ist eine Prüfung, das Wu Wei richtig zu verstehen. Wer das Wu-Wei als Philosophie der Faulheit sieht, hat es natürlich völlig missverstanden!

Wu-Wei als Prinzip des Nicht-Tuns fordert dazu auf, nichts aus EGO-Motiven heraus zu tun, sonder alles aus einem höheren Willen „geschehen zu lassen“⁴⁵. Man könnte es am ehesten noch mit dem Flow-Prinzip vergleichen; nicht gegen den Strom zu schwimmen, sondern immer „im Fluss zu sein“.

Natürlich haben die westliche und östliche Philosophie (nicht nur die chinesische, sondern auch die indische und persische) die gleichen Themen, aber unterschiedliche Interpretationen. Ich glaube (reines Glaubensbekenntnis) der größte Unterschied liegt in der Interpretation von „Widersprüchen“⁴⁶: Schon Aristoteles entwickelte die LOGIK als Kern der abendländischen Philosophie: Sie habe widerspruchsfrei zu sein! Widersprüche werden in der aristotelischen Logik exkommuniziert. Die östliche Philosophie geht ganz anders mit Widersprüchen um: Sie sind in der Philosophie integriert! Hier sind YIN und YANG die beiden Pole des Widerspruchs und das DAO die „Einheit der Gegensätze“.

45 Biblisch: „Herr, dein Wille geschehe!“

46 Ich habe ein einfaches Beispiel für den Unterschied zwischen westlicher und östlicher Denktradition: Westen: entweder – oder; Osten: sowohl – als auch.

Irgendwann haben auch die westlichen Philosophen kapiert, dass die östliche Philosophie der westlichen um eine ganze Entwicklungsstufe weiter war und sie studierten den Daoismus. Es war Leibniz, der als erster westlicher Philosoph das Studium der chinesischen Philosophie anregte. Und Hegel war der erste, der diese „Einheit der Gegensätze“ in seinem Methoden-System der DIALEKTIK integrierte: YIN und YANG waren für Hegel der dialektische Widerspruch von THESE und ANTI-THESE, das umfassende DAO dann die SYNTHESE. Glückwunsch! Doch während der Daoismus für die Chinesen ein Lebensprinzip IST, war der „Dreischritt“ bei Hegel „nur“ eine Erkenntnis-Methode. Aber immerhin!

Die Lehren von Laotse und Konfuzius waren im strengen (stalinistischen) China verboten und eine Auswirkung der alles niederreißenden Kulturrevolution (Mao: „Im Niederreißen liegt der Aufbau“). Bis die Chinesen dann die Perlen ihrer eigenen philosophischen Vergangenheit erkennen und integrieren konnten. Ein unter der Kulturrevolution noch einseitig philosophisch geschultes Volk wurde mit der Integration der klassischen chinesischen Philosophie das China eine geistige Supermacht, das es heute eindrucksvoll beweist.⁴⁷

47 Ich will hier nicht so weit gehen, China mit der KI als den perfekten „Überwachungsstaat“ darzustellen. Wir unterliegen leicht der alten Ideologie der „gelben Gefahr“ und interpretieren die aktuelle Entwicklung Chinas unter dieser Perspektive. Ich kann als „alter Maoist“ nicht leugnen, dass ich eine absolute Bewunderung für die aktuelle Entwicklung Chinas habe, auch wenn ich mir bewusst bin, dass in China die „Revisionisten“ (Deng Xiaoping) am Ruder sind und nicht die strengen Maoisten („Viererbande“)!

Das ist für mich die Erklärung, warum ich das chinesische Volk heute für das intelligenteste und innovativste Volk auf unserem Planeten halte. Meine Ausführung gelten dem Gedanken: **Wenn ein ganzes Volk gelernt hat, was Philosophie bedeutet und philosophisch zu denken gelernt hat, dann kommen wir dem spirituellen Spruch nahe: „Alles ist möglich!“ Und der globale Lebenskreis Ost-West-Nord-Süd kann sich schließen.**

Zurück zu unserem Thema: **Philosophie der Liebe.** Das ursprüngliche DAO des Laotse war keine Philosophie der Liebe. In den 81 Versen wurde Lebensweisheit gelehrt, aber nicht die Weisheit der Liebe. Ich wüsste nicht, dass im DAODEJING⁴⁸ die Liebe überhaupt eine Rolle gespielt hätte⁴⁹. Auch das I GING (Yijing) orakelt nicht über die Liebe. Die Chinesen haben ein weiteres zentrales Prinzip, das im Westen schon bekannt geworden ist: die Lebenskraft des Chi (modern: Qi), das in der chinesischen Heilkunst TCM⁵⁰ eine große Rolle spielt und die Harmonie der Kräfte in den Ausgleich bringen soll. Die Bewegungs-Therapie des QI-GONG ist hier ergänzend zu erwähnen und im Westen bekannt geworden.

All das ist eine Welt für sich und kann hier nur angedeutet werden.

48 Daodejing: moderne Schreibweise von Tao Te King

49 Neben dem Daodejing gibt es eine weitere „Bibel“ der chinesischen Philosophie: Das I GING (modern: Yijing) – als Orakelbuch der 64 Hexagramme – auch: das Buch der Wandlung genannt.

50 TCM = Traditionelle chinesische Medizin

Wir leben in der menschlich-historischen Epoche des Brückenschlags zwischen West und Ost (den Süden nicht zu vergessen!). Das Eröffnungsfest dieser neuen Epoche war für mich Fritjof Capras „Das Tao der Physik. Die Konvergenz von westlicher Wissenschaft und östlicher Philosophie“ (1975/1983, dt. 1985). Bemerkenswert ist, dass er der westlichen Wissenschaft den Daoismus als östliche Philosophie im Spannungsfeld entgegen stellt. **In diesem geistigen Spannungsfeld leben wir in der aktuellen Epoche!** Und ich habe den Eindruck, wir sollten unser Thema LIEBE in diesem Spannungsfeld sehen und lösen.

Das WIR als Paar ist das DAO der Liebe

Ich denke, viele werden mir zustimmen, dass **die Krisen-Ursache der Liebe darin besteht, dass die Paare nicht zu einem WIR als neuem Wesen verschmelzen können**. Sie bleiben zwei EGOS, auch wenn es Kinder, Autos ein Einfamilienhaus mit Garten als FAMILIE mit einem Familiennamen gibt. Die Familie ist eine formelle Organisation, aber kein lebendiger Organismus, eine Organisation ohne Seele. Es ist eine Gemeinschaft von Egos, aber kein WIR. Als Organisation hat die Familie keine SEELE als NEUES WESEN entwickelt. Um es „chinesisch“ auszudrücken: Es gibt YIN- und YANG-Kräfte, aber kein DAO. Es sind zentrifugale, auseinander fliehende Kräfte, aber keine „Einheit der Gegensätze“.

Wir wissen: In der heutigen Zeit kann die Lösung der großen Probleme nur eine spirituelle Lösung sein. Um es in eine Formel zu bringen: ICH-Ego plus ICH-Ego wird kein WIR: niemals! Die Formel lautet vielmehr:

ICH-SELBST plus ICH-SELBST = WIR-SELBST

Anders gesagt: Erst wenn die einzelnen Personen als Mann und als Frau ihr **spirituelles Wesen als „Ich-Selbst“**⁵¹ gefunden haben, können sie aus der Egozentrik ausbrechen und sich zu einem spirituellen WIR neu erfinden und ins WIR-DAO wachsen.

51 Hinweis: Das Buch von Barbara Marx Hubbard: „Vom Ego zur Essenz. Zehn Entwicklungsschritte auf dem Weg vom *Homo sapiens* zum *Homo universalis*“

Ist „wahre Liebe“ überhaupt möglich? Wahre Liebe statt Ware Liebe

Skizzieren wir kurz, was das Hauptproblem ist, dass bedingungslose Liebe in der heutigen Zeit nicht möglich zu sein scheint. **Wir leben in einer Gesellschaft, die der Liebe gegenüber nicht gerade freundlich gesonnen ist:** Die Gesellschaft ist nicht nur kinder- und frauenfeindlich, sogar trotz Patriarchat auch männerfeindlich⁵², sondern letztlich auch liebesfeindlich.

Es macht Sinn, hier auf Hegel und den jungen Marx kurz zurück zu greifen, **die „Entfremdung des Menschen in der Warengesellschaft“** umfassend analysiert haben. In einer Warengesellschaft wird der Mensch dem andern Menschen gegenüber zu einer Ware.⁵³ Wir brauchen diese Analyse hier nicht zu vertiefen. Alleine die Tatsache, dass wir von einem **Beziehungs-„Markt“** sprechen, bringt das Problem bereits sprachlich auf den Punkt: „Der Markt für Single ...“, „Singel-Börse“, der Marktwert einer Person, ... lassen **das Markt-Problem unserer Beziehungen** sprachlich noch deutlich erscheinen, sind nicht nur Relikte vergangener Zeit. Machen wir es kurz: **Solange wir im anderen Menschen seinen „Marktwert“ abschätzen und ihn darauf hin bewerten, sind wir auf dem Holzweg, der in eine Sackgasse führt.**

52 Das Patriarchat entfremdet auch Männer von ihrem wahren Wesen.

53 Der Autor Dieter Duhm hat in meinen Augen dieses Thema umfassend und klassisch beschrieben: „Warenstruktur und zerstörte Zwischenmenschlichkeit“ (1974)

Wahre Liebe ist keine Ware. Außer in der Prostitution wird „Liebe“ zu einer ungleichen Waren-Beziehung: Männer suchen Liebe, Frauen verkaufen ihren Körper stundenweise zur nutzenden Ware. **Da, wo Liebe zur käuflichen Ware wird, wird Liebe zur Prostitution.**

Doch auch wenn ein Mann aufgrund seiner Stellung in der Gesellschaft sich eine „Hausfrau kauft“, die er auch sexuell ausbeuten darf, ist dies **ehelich verschleierte Prostitution.** Ich will dies nur kurz ansprechen, weil unser Thema jenseits des Prostitutions-Verhältnis zwischen Mann und Frau liegt. Mit der „Emanzipation der Frauen“ werden solche Verhältnisse (Frau sei Dank) immer schwieriger, gesellschaftlich geächtet⁵⁴.

54 Wenn diese „Ächtung“ sich gesellschaftlich noch nicht ganz durch-gesetzt hat, zeigt das nur, dass die Ziele der Frauenbewegung noch keinesfalls erreicht sind.

Frauen als Beziehungswesen

Gleich vorweg, um nicht missverstanden zu werden: Wenn eine Beziehung scheitert, ist es nicht „automatisch“ die „Schuld“ der Frau. Im Gegenteil: Häufig sind es die Frauen, die eine unendliche Geduld mit den Männern haben und sie trennen sich im Grunde zu spät: „Ich hätte mich schon Jahre früher trennen müssen, hatte aber noch Hoffnung⁵⁵.“

Ich will auf etwas anderes hinaus: **Frauen sind Beziehungswesen, Beziehungs-Expertinnen**. Ich will nur die Männer anflehen: Hört auf eure Frauen! Geht davon aus, dass sie eine gesunde Sichtweise auf eure Beziehung hat. Überhaupt: Lernt hinzuhören⁵⁶! Fragt euch wenigstens immer wieder: Was wäre, wenn sie recht hätte? Gebt nicht sofort „Kontra!“ Hör erst einmal hin! Versuche erst einmal, sie zu verstehen!⁵⁷

Ich habe als junger Mann mit 16 das **Buch von Elizabeth Gould Davis** gelesen: **„Am Anfang war die Frau. Die neue Zivilisationsgeschichte aus weiblicher Sicht“** (Verlag Frauenoffensive 1977). Ich habe beim Lesen des Buches Tränen vor Erleichterung in den Augen gehabt.

55 Bekannter Spruch: Die Hoffnung stirbt zuletzt.

56 Ich mag das Verb „hin-hören“ lieber als „zu-hören“. Wir haben zwei Ohren, um besser hinhören zu können ...

57 Es gibt eine gute Kommunikationsmethode, um zu prüfen, ob man den anderen wirklich verstanden hat.
Sag: „Ich habe dich so verstanden ...“ und wiederhole ihre Aussage mit eigenen Worten. Erst wenn sie dann sagt: „Ja, ich fühle mich verstanden.“, kann das Gespräch fortgesetzt werden.

Mir war klar, dass mein männlich orientiertes Geschichtsbild durch das Buch vom Kopf auf die Füße gestellt wurde. Während die Männer noch „wilde Kerle“ waren (jahrelang als Soldaten auf Beutezügen in fremden Ländern), bauten die Frauen die menschliche Zivilisation in der Heimat auf: Lager für Kranke und Kinder, Gebärstationen für schwangere Frauen und junge Mütter (der Zyklus der Frauen war noch in der Frauengemeinschaft mit den Mondzyklen synchronisiert). **Zivile Gemeinschaftsbildung, die Keimzellen menschlicher Kultur, war Frauensache.** Dazu gehört das Reden, die Kommunikation unter allen, die niemanden ausschließt.

Auch für Männer war in den Kriegen Gemeinschaftsbildung (Kameradschaft) überlebenswichtig. Doch die Kompetenz der Frauen für den Aufbau einer friedfertigen Zivilisation war deutlich und entscheidend. **Wenn wir „Beziehungsfähigkeit“ lernen wollen, dann lernen wir dies von Frauen.** Eine wesentliche Komponente ist die **gewaltfreie Kommunikation**, einen Konflikt auszudiskutieren statt ihn gewalttätig abubrechen oder schwelen zu lassen. Männer wollen Probleme rasch lösen, Frauen wollen eine befriedigende Kommunikation. Wenn Männer reden, bauen sie einen Zeitdruck auf (um zum Ende zu kommen), wenn Frauen reden, spielt Zeit keine Rolle. Das gemeinsame Sprechen miteinander ist schon für sich der Wert. Es gibt im Grunde **drei wesentliche Arten der menschlichen Liebe**, die ich hier noch in eigenen Worten besprechen will: Mutter- und Vaterliebe | Selbstliebe und Gottesliebe:

Mutter- und Vaterliebe

Unsere erste Liebe ist mit Sicherheit unsere Mutterliebe. Ohne Mutterliebe könnten wir nicht leben! Wir brauchen die Wärme und Geborgenheit ihres Körpers, brauchen Nestwärme, bevor wir flügge werden. Und diese „bedingungslose Liebe von Mama“ schafft uns ein **Urvertrauen ins Leben.** Wenn diese Ur-Liebe, dieses Ur-Vertrauen im Leben fehlt, weiß ich nicht, ob wir dies im Leben noch einmal kompensieren können – oder ob da nicht ewig ein Loch in unserer Seele bleibt.⁵⁸

Gesegnet ist jeder, der diese Ur-Liebe von Mama, diese Seelennahrung, am eigenen Leib erfahren hat – das anfängliche Stillen an Mamas Brust, zärtliches Streicheln von Mama, das Aufnehmen und Wiegen, wenn es uns nicht gut ging, das wöchentliche Baden, das „Pampern“.⁵⁹ Wenn wir diese Mutterliebe nicht voll aufnehmen können, werden wir Zeit unseres Lebens eine Seelenwunde haben, die kaum noch geheilt werden kann. Wir suchen dann als Bedürftige in jeder Frau / in jedem Mann die nährenden Mama. Das kann nicht gut gehen! Das ist die Basis für jede Sucht, insbesondere für jede Beziehungssucht.

58 Es gibt in der Pädagogik das „Kaspar-Hauser-Syndrom“: Ein junges, ungewolltes Kerlchen, das in ein Verlies eingesperrt und nur mit dem Notwendigsten zum Überleben versorgt wurde. Auch wenn er später von Philanthropen befreit wurde und eine Schulausbildung erfuhr, lernte er nie mehr emotionale Beziehungen einzugehen: Die „kritische Lern-Phase“ zur Entwicklung des emotionalen Körpers war vertan und konnte nie wieder errichtet werden.

59 Um es klar auszusprechen: Das Mutter-Sein sollte in unserer Gesellschaft als „heilige Berufung“ nicht nur sozial anerkannt werden, sondern auch die von der Gesellschaft am höchsten bezahlte Beruf sein!

Wenn auch Mutterliebe das Primat ist, so ist die Vaterliebe nicht weniger wichtig. Der Psychoanalytiker Alexander Mitscherlich veröffentlichte 1963 ein Buch „Auf dem Weg zur vaterlosen Gesellschaft“. Vaterliebe weist über die Privatsphäre hinaus, macht uns im positiven und kreativen Sinne gesellschaftsfähig. Die kapitalistische Arbeitsweise der kulturell strikten Trennung von Privatem und Gesellschaftlichen entzieht uns die Väter. Männer haben Vaterwunden: keine Väter mehr als Vorbild des Erwachsenwerdens. Aber auch viele Frauen haben Vaterwunden. **Die „vaterlose Gesellschaft“ können wir auch als „Suchtgesellschaft“ klassifizieren.** Die Kinder, insbesondere die Jungs brauchen eine gesellschaftliche Initiation ins Erwachsenenalter, wie sie bei den Naturvölkern noch selbstverständlich ist, im Sinne einer Mutprobe als Mann initiiert zu werden. Diese Funktion wurde in vielen Gesellschaften mit der Ausbildung zum Soldaten pervertiert. Soldaten sind keine (archetypisch verstandenen) Krieger mehr, sondern bezahlte Mörder. Nehmen wir klassisch die Tempelritter, die ihr Mordhandwerk in der Vernichtung von 20.000 Katharern in Béziers an einem Tag im Blutbad von Christen und Ketzern erlernten. Pfui Teufel!

Selbstliebe = das verletzte Kind heilen

Wenn wir lernen wollen, bedingungslos zu lieben, dann gilt es uns SELBST gegenüber. Wir haben viele Chancen im Leben vertan und „versagt“. Doch unser Seelenweg ist kein Sonntags-Spaziergang, führt uns oft durch die Hölle. Im Leben geht es nicht um den möglichst bequemen Weg, sondern den besten Lehrweg. **Wir leben, um zu lernen; wir lernen, um zu leben.** Der Philosoph Karl Raimund Popper lehrt eine kurze Formel: **Alles Leben ist Problemlösen** (Buchtitel).

Hier ist auch die hinduistische Sicht des Lebens und der **Reinkarnation** hilfreich: Wir leben nicht nur einmal. Wenn der Sinn des menschlichen Lebens drin besteht, von einem tierischen Menschen (dem es um das pure Überleben geht) zu einem göttlichen (unsterblichen) Menschen und Christus-Bewusstsein zu erwachen, da reicht nicht ein einziges Leben, da braucht es viele Lektion über viele Inkarnationen bis zur Vervollkommenung als Mensch.

Die ersten Menschen, die uns verletzen, sind wahrscheinlich unsere Eltern. Unsere Eltern sind Menschen und keine Götter, auch wenn wir sie als Kinder anfänglich vergöttern. Unsere Eltern haben in unserer Primärfamilie die undankbare Aufgabe, uns zu „kultivieren“. Wir alle sind als Genies geboren – unsere Eltern sind die ersten, die an unserem lebenslänglichen Vertrottelungs-Prozess die „Erzieher“ sind – die uns aus dem Paradies der ursprünglichen Kindheit in die entfremdete Gesellschaft ZIEHEN - Erziehung oder „Enkulturation“ genannt.

Vertrotteltungs-Prozess: „Wir werden als Genies geboren und sterben als Trottel.“ Das Wort ZUCHT erinnert noch an diesen gewaltsamen Prozess der Entmenschlichung (verschleiend „Erziehung“ genannt), den wir seit unserer Kindheit erfahren⁶⁰. Doch Erziehung hat etwas mit „Zucht“ und „Züchtigung“ zu tun, wie der Wortstamm deutlich verrät.

Im Prozess der Heilung kommen wir an einen Punkt, unser „inneres Kind“ wiederzuentdecken und ihm die Liebe zu geben, die es braucht und verdient hat. Wir werden selbst zu Mama und Papa unserem inneren Kind gegenüber. Wir werden unsere eigenen, liebevollen Eltern, lernen die bedingungslose Liebe uns selbst gegenüber. **Das ist die erste Lektion in Selbstliebe.**

Gottesliebe

Und dann lernen wir irgendwann, dass die höchste, reine Liebe, zu der ein Mensch fähig ist, die Gottesliebe ist, die Liebe zu Jesus. Denn einzig die Gottesliebe ist bedingungslos. Wir lösen uns von der lebensfremden Vorstellung, andere Menschen könnten uns bedingungslos lieben. Wir suchen mit wachsender Reife diese Bedingungslosigkeit nicht mehr im Anderen, sondern nur noch im Göttlichen. Wir erkennen, dass bedingungslose Liebe „übermenschlich“ ist. Doch wir selbst lösen uns nicht von dem **Ideal, einen anderen Menschen bedingungslos lieben zu können.**

60 Ich stimme hier unbedingt Alice Miller zu: „Am Anfang war die Erziehung“

Die Phase des anfänglichen Verliebtseins scheint die Vision der bedingungslosen Liebe immer und immer wieder zum Aufblühen zu bringen. Doch diese Illusion scheitert auch immer und immer wieder. Warum? Dieses „Verliebtsein“ hat wenig von Reife, ist vielmehr ein biologischer Trick, um die Geschlechter für den Geschlechtsakt und die Produktion von Nachkommen zusammen zu bringen. Ver-lieben (mit der Konnotation der Phrase „Ich habe mich ver-fahren“) müssen sich (biologisch) eigentlich nur die jungen Menschen. Stopp! Vielleicht haben wir irgendwann ein Haustier als Seelengefährte gehabt und in dieser Liebe „Bedingungslosigkeit“ erfahren dürfen. Tiere haben kein Ego. Tiere (insbesondere domestizierte wie Hunde) können von ihrem Wesen her gar nicht anders als uns bedingungslos zu lieben. Vielleicht sind wir Menschen für unsere Haustiere sogar so etwas wie Götter.

„Auf der Suche nach dem verlorenen Glück“

Dies ist der Titel eines Buches der Amerikanerin „Jean Liedloff“ (1977, dt. 1980), die ihre Erfahrungen im Dschungel Venezuelas beschreibt. Sie ist überrascht von der Glücksfähigkeit der „Wilden“, der Yequana-Indianer. Sie lebt zweieinhalb Jahre in dem Stamm und schreibt ihr Buch in der Motivation einer Zivilisationskritik, einer Zivilisation, die uns von unserer glückseligen Natur entfremdet. Ich habe das Buch Anfang 1984 gelesen, und es hat mich sehr beeindruckt.

Es war dann eine Brücke zu meinem Lieblings-Philosophen und -Pädagogen Jean Jacques Rousseau, der auch das einfache Leben der „Wilden“ gegenüber den Zivilisations-Entfremdung vorzog.

Ein wichtiger Begriff in ihrem Buch ist **das Kontinuum** und erklärt dies am Beispiel der Säuglingspflege. Säuglingspflege ist mehr Natur als Kultur. Über viele Generationen von Müttern wurden die Säuglinge an der Mutterbrust gesäugt und am Körper der Mutter getragen. Das geht so in die Natur der Babys ein, dass sie dieses mütterliche Verhalten mit ihrer Geburt schon erwarten. Sie lernen es nicht erst, sondern erwarten es schon, bevor sie geboren sind. Es ist doch immer wieder verblüffend, dass ein Neugeborenes Mamas Brust sucht und findet, ohne dass sie dazu konditioniert werden müssen. Das ist das „Kontinuum“, von dem die Autorin spricht. Stillende Mütter erleben eine „Richtigkeit“ ihres Stillens unabhängig von aktuellen Ratgebern oder Modeerscheinungen der Mutter-Kind-Beziehung.

Es gibt ein schönes Bild, dass diesen „Urinstinkt von Mutter und Säugling“ noch bereichern kann: Wenn man eine Strickjacke zuknöpft und schon der erste Knopf das falsche Knopfloch „erwischt“, kann man dies bei weiterem Zuknöpfen nicht mehr korrigieren; man muss alles wieder aufknöpfen und von vorne beginnen. Es macht Sinn, schon beim ersten Knopf und Knopfloch die angemessene Achtsamkeit aufzubringen, um eine Jacke sachgerecht zu verknöpfen. Auch diese „Mutter-Kind-Initiation“ durch das Säugen hat im Grunde nur eine Chance:

die Versorgung des Säuglings mit Muttermilch von Geburt an als „Kontinuum“ der Menschheit. Dabei spielt **die einzigartige Qualität der Muttermilch für den Säugling** noch eine ebenso wichtige Rolle. Das Gestillt-Werden selbst ist primär.

Doch: Einzig Muttermilch ist für den Säugling optimal (Kolostrum) und hilft sein komplexes Verdauungssystem aufzubauen. Dabei ist die psychologische Komponente wichtig: **Das Stillen des Säuglings durch die Mutter schafft ein Urvertrauen in die Welt: „Du bist immer genährt! Du bist geliebt!“**

Ich weiß, wovon ich spreche. Ich bin als Erstgeborener von meiner Mutter ein Jahr gestillt worden, bevor ich auf Flaschennahrung umgewöhnt wurde. Und ich weiß, was es bedeutet, Vertrauen ins Leben zu haben, Gottvertrauen zu haben. Ich habe es meiner Mutter zu verdanken.

Können wir lieben lernen?

Oh, wir können nicht nur, wir müssen auch! Die reife Liebe fällt uns nicht in den Schoß – die reife Liebe wird uns auch nicht in Pornos oder Hollywood-Filmen vorgespielt. Die reife Liebe entwickelt im Laufe des Lebens und der Inkarnationen das Paar-Bewusstsein und das Leben als Paar. Wir erkennen: **Nicht der Mann, nicht die Frau ist der Mensch, sondern das Paar. Das Paar ist die Verkörperung der menschlichen Polarität, der energetischen Spannung der Geschlechter.** Es geht heute mehr als nur um die „Eman-zipation der Frau“, die Emanzipation des Mannes (was ich Mannzipa-tion⁶¹ genannt habe), sondern um die **Emanzipation als PAAR. Auf die Frage „Was ist der Mensch?“ wäre meine Antwort: das Paar.** Ich nenne diese Befreiungsbewegung **„Paarzipation“.** Unsere persönliche Menschwerdung integriert **beide Pole, das Männliche und das Weibliche, das Aktive und das Passive, das Eindringliche und das Empfangende.** Wir lernen auf diesem Weg, dass der Mann auch eine „innere Frau“ und die Frau auch einen „inneren Mann“ hat. Und wir waren im Laufe unserer vielen Inkarnationen mal ein Mann, mal eine Frau, haben beides in uns. Wenn ich von der „Geburt der neuen Menschheit“ spreche, so sehe ich diese „Paarzipation der Geschlechter“ als Kern. Dazu müssen wir die Liebe zwischen Mann und Frau neu erfinden!⁶²

61 Siehe mein Buch „Man(n)ifest der Mannzipation“

62 Der Autor Wilhelm Schmid hat dazu ein inspirierendes Buch verfasst: „Die Liebe neu erfinden“ (2010)

Vollkommenheit und Perfektionismus

Es ist wichtig, beide Begriffe unterscheiden zu können. **Als Menschen sind wir selten perfekt („nicht gut genug“), aber jederzeit vollkommen.** Schon ein Kind, das als Baby auf die Welt kommt, ist vollkommen. „Perfektionismus“ ist eine Eigenschaftsbeschreibung des EGO. Das EGO will perfekt sein. **Die Seele weiß dagegen, dass wir jederzeit „vollkommen“ sind.** „Perfektionismus“ spielt für die Seele und die Liebe keine Rolle, ist für die Seele ein Fremdwort.

Die Seele stellt uns nie vor Aufgaben, die wir gemessen an unserer Reife überfordern würde. Sie konfrontiert uns immer nur mit Aufgaben, die uns angemessen sind und uns wachsen lassen. Das ist Vollkommenheit! Nichts kann perfekt sein, weil alles im Werden ist. **Alles ist Vollkommenheit und Unvollkommenheit zugleich.** Vielleicht hilft uns jetzt zum besseren Verständnis **der Begriff „Stimmigkeit“** weiter.

„Stimmigkeit“ ist die Vollkommenheit in der Unvollkommenheit.

Verletzte Liebe und Narzissmus

Machen wir uns zunächst bewusst, dass „Narzissmus“ (die krankhafte Selbstliebe) nicht per se eine Krankheit ist. Es gibt einen kindlichen Narzissmus, der absolut gesund und als Entwicklungsphase notwendig ist. Wir brauchen in der Reifung unserer Seele diese Phase des kindlichen Narzissmus. Er ist die elementare Basis einer reifen Selbstliebe.

Krankhaft wird es erst, wenn wir diesen kindlichen Narzissmus nicht überwinden, transformieren können, in ihm stecken bleiben:

der Mann als ewiges Kind ist als solches eine Witzfigur; der Mann, der keine reife Frau sucht, sondern eine Ersatz-Mama. Oder Vaters „Prinzessin“, die auf den Prinz im (weißen) Schimmel wartet – und kein Mann eine Chance hat, diesen mädchenhaften Alptraum zu erfüllen. Ein Ersatz für den Traumprinzen könnte in einem Hollywood-Film der Fahrer eines weißen Cabrios sein (bestenfalls von der Marke Ford Mustang).

Die Pubertät ist die Phase, die darüber entscheidet, ob wir in diesen kindlichen Narzissmus stecken bleiben oder ihn transformieren können.

Das andere Geschlecht lieben zu lernen kann unseren kindlichen Narzissmus wiederbeleben. Ich war schon über dreißig und eine Kollegin fragte mich: „Herr Schröter, wie stellen Sie sich die ideale Frau vor?“ Ich ließ mir keine Zeit zum Nachdenken und antwortete spontan: „Ich als Frau!“ – Das ist doch entlarvend narzisstisch! Ich werde heute noch blass in Erinnerung an meine Antwort.

Dann lernen wir: SIE ist das Andere (respektive: ER ist das Andere) und wir lernen „das Andere zu lieben“. Wir werden reif für die Polarität: Indem wir das Weibliche lieben lernen, lernen wir auch, das Männliche zu lieben. Wir bekommen einen Zugang zu den Tiefen unserer Seele: Animus und Anima. Und erkennen bald: Wir waren im Laufe unserer Inkarnationen mal Mann, mal Frau. Ich erinnere mich noch daran, wie ich dieses Erkenntnis mit einer Frau teilte. Sie stimmte mir zu und meinte: „Im letzten Leben war ich mit Sicherheit ein Mann!“

„Du spiegelst mich!“

Es gab eine Zeit des Booms über das „Spiegelgesetz“, das Gesetz der Resonanz. Ken Wilber brachte es psychologisch auf den Punkt: **„Du bist, was du siehst!“** Unsere Weltsicht ist nicht objektiv. Unser Inneres bestimmt, was wir im Außen sehen. Ein Mensch, der spirituell in seine innere Zufriedenheit gereift ist, der sieht und strebt auch den äußeren Frieden an. Andere haben in sich eine Mördergrube, brauchen (bestenfalls) Krimis und Western, um diese Mördergrube zu nähren.

Tatsächlich hatte ich auch eine Freundin (sie war vom Sternzeichen sogar auch Wassermann wie ich), die mich „spiegelte“ (und ich sie). Es war eine sehr intellektuelle Beziehung. Ich war nie der unwiderstehliche Liebhaber, sondern eher der Gesprächspartner für Frauen. Sie war die SEELE, ich war der GEIST – eine durchaus lebenswerte Polarität in der Beziehung von Mann und Frau.

Eine Frau brachte es nach der Trennung (wir waren gar verheiratet) auf den Punkt: „Ich bin von allen guten Geistern verlassen!“ Aber welche Frau sucht schon den „guten Geist“ im Mann in der Beziehung? Dieser Typ Mann hat keine gesellschaftliche Achtung, wird leicht zum Intellektuellen und Philosophen im Elfenbeinturm abgetan: alltagsuntauglich. Wie geschrieben: Der vom Patriarchat befreite Mann als „guter Geist“ ist in unserer Gesellschaft auch verachtet und entfremdet.

Mann und Vater

Ich glaube, ich habe mein MANN-Sein erst als VATER annehmen und definieren können. Vorher blieb ich ein unreifer Jüngling. Vielleicht ein markantes Zeichen: Als ich mit 27 Vater wurde (meine Frau schon hochschwanger war), ließ ich mir einen Bart stehen. Es war keineswegs ein bewusster Akt, eher ein symbolischer, gar archetypischer unbewusster Akt. Auch meinem eigenen Vater gegenüber änderte sich meine Haltung: Ich nahm erstmals seine liebevolle Seite als Großvater gegenüber seinem ersten Enkel, meinem Sohn, wahr. Ich sah eine andere Seite an meinem Vater und erkannte, dass er sie im Grunde immer schon hatte, ich sie nur als „erzogener Sohn“ nicht wahrnehmen konnte.

Und ich erkannte auch, dass ich durchaus ein „Ebenbild“ meines Vaters war⁶³, nicht nur physiologisch Ähnlichkeiten mit ihm hatte, sondern ihm immer mehr nachahmte.

63 Ich wollte wie er Architekt werden, wie es mir mit meiner künstlerischen Ader in der Wiege schon lag. Er riet mir ab: „Architekten gibt es wie Sand am Meer. Damit gewinnst du keinen Blumentopf mehr!“

Viele machten mich darauf aufmerksam: „Du bist wie dein Vater!“ – das wollte ich zuerst nicht wahrhaben, weil die Identitätsfindung als junger Mann eher unter der Leitlinie verläuft: „Anders sein als mein Vater!“ Sich mit dem eigenen Vater identifizieren zu können, ist auf Sicht dann doch sehr versöhnlich⁶⁴ und führt zu innerem Frieden!

Irgendwann las ich das Buch von Gerald Jampolski und seinem Sohn Lee **„Verzeih mir bitte. Die Geschichte einer Heilung zwischen Vater und Sohn“** (dt. 1998). Das Buch spricht die „Heiligkeit“ dieser Beziehung an: „Die Heilung unserer Beziehung zueinander hat uns in die Lage versetzt, auch unsere anderen Beziehungen als heilige Beziehungen zu erkennen. Wir erfahren Heiligkeit, wenn wir uns von all unseren illusorischen Trennungen lösen. Wenn wir unserem Vater und uns selbst vollkommen vergeben, erleben wir Verbundenheit und Einssein.“ (S. 221 f.)

Für mein Bewusstsein als Mann (mit dem Familiennamen „Schröter“) war es dann irgendwann wichtig, eine gewisse **Ahnenforschung** vorzunehmen. Was ich erkannte, war durchaus verblüffend. Ich hatte zwar schon immer eine gewisse Zuneigung zu den Ostdeutschen (in der DDR), formulierte einmal gar den Satz „Mein Herz schlägt Ossi“. Ich hatte eine besondere Verbindung zu Manfred von Ardenne und hatte ihn auch schon im „weißen Hirsch“ in Dresden besucht. Das Thema war die Sauerstoff-Mehrschritt-Kur in der Gesundheitsvorsorge.

64 Der Begriff „ver-söhnlich“ ist wörtlich zu verstehen: Mann werden heißt auch, sich mit dem eigenen Vater als Sohn zu versöhnen. Der ewige Vater-Rebell ist ein Rollenklischee und hat etwas Maskenhaftes.

Als Mann hat man durch den bleibenden Familien-Namen die Chance einer Stammbaum-Analyse. Tatsächlich kann ich meinen männlichen Stammbaum lückenlos bis zu einem Adam Schröter (1625 verstorben) dokumentarisch nachvollziehen.

Tatsächlich haben meine männlichen Vorfahren in der Nähe von Dessau (im Dorf Reppichau) an der heutigen polnischen Grenze gelebt. Mit „Schröter“-Sohn (Arne Schröter) und – Enkel (Mika Schröter) konnte ich so insgesamt **13 Männer-Generationen seit Adam Schröter** lückenlos nachvollziehen und (einschließlich Ehefrauen) dokumentieren. Mehr noch: Durch die Präsenz meines Stammbaums wurden mir auch gewisse **Stammbaum-Themen** bewusst, besonders von meinem Großvater Ewald Schröter: Er hatte sich in der Weimarer Republik schon selbständig gemacht und hatte eine kleine Fahrradfabrik in Weimar mit acht Angestellten. Seine Ehefrau (mein Oma Martha) „ging fremd“ (wie wir heute sagen) – ein Skandal in der damaligen Zeit! Mein Opa hatte mit den ökonomischen Schwierigkeiten der Weimarer Republik zu kämpfen, acht Mitarbeiter mit ihren Familien zu ernähren. Meine Oma war ihm keine Stütze, sondern verriet ihn durch „eine neue Liebe“. Mein Opa Ewald war irgendwann so verzweifelt (Konkurs der Firma, Verrat der Ehefrau⁶⁵), dass er keinen anderen Ausweg sah, als in den Freitod zu flüchten.

65 Meine Mutter sprach von ihr als Schwiegermutter auch sehr schlecht: Sie sei eine sehr harte Frau ohne Herz gewesen. Es gibt Familienfotos, da sitze ich als kleines Kind auf ihrem Schoß (ich war auch ihr erster Enkel), kann mich gefühlsmäßig an sie als Oma aber nicht mehr erinnern.

Das ganze war ein Familien-Tabu, keiner sprach über den Freitod meines Opas; ich war schon über 50, bevor ich von seiner Existenz überhaupt erfuhr. Meine Oma war eine zweite Ehe mit einem Dorfschul-Lehrer eingegangen und dieser Verräter an meinem Opa wurde mir als Kind als mein „Opa“ vorgestellt. Ich war schon etwas irritiert, dass mein Vater und ich „Schröter“ hießen und mein angeblicher Opa einen anderen Familiennamen hatte. Aber als Kind und Jugendlicher macht man sich darüber weniger Gedanken, später erst fiel mir diese „Ungeheimtheit“ aber auf. Ich hatte nie ein „warmes Gefühl“ für meinen „Pseudo-Opa“, es war immer distanziert, ohne dass ich den Grund wusste. Aus seiner Sicht war ich wohl eher ein „Bastard“ als sein Enkel. Mein Vater starb achtzigjährig an einem Gallenkrebs. Er hatte wohl eine unbändige Wut in sich gestaut.

Auf einem Männer-Retreat, das ich besuchte, war die Aufgabe, die Stammbaum-Männer als unsere Stütze im Rücken wahr zu nehmen. Während dieser Übung war plötzlich **mein Opa Ewald** geistig und tränenüberströmt im Raum: Es entschuldigte sich, dass er mich kein Opa sein konnte und bat um Vergebung. Natürlich konnte ich ihm vergeben! Irgendwo hatte ich in Kartons mit Familienfotos auch ein Foto von Ewald gefunden: Ein stattlicher Mann! Es hängt längst an meiner Pinnwand. Er war noch Jahre geistig bei mir, vielleicht sogar noch intensiver als mein Vater selbst. Ich nehme auch bei meinem eigenen Enkel tatsächlich wahr, dass **die Opa-Enkel-Beziehung irgendwann intensiver ist als die Vater-Sohn-Beziehung.**

Und ich spürte in den nächsten Jahren, wie Opa Ewald von seinen irdischen Lasten befreit war und ganz in den absoluten Himmel (lies: in die 5. Dimension des NIRVANA⁶⁶) mit freier Seele auffahren konnte.

Mir wurde so auch bewusst, was **unsere Schröter-Stammbaum-Themen als Familien-Karma** sind: **die Heilung von „Frauenverrat“ und beruflichem „Versager“ als Heilung von beruflich misslungener Selbständigkeit**. Es war immer ein Familien-Krach zwischen meiner Mutter und meinem Vater: Mein Vater war als Architekt bei einer Wohnungsgesellschaft angestellt (und brachte es dort bis zum Prokuristen). Meine Mutter quengelte an ihm, er solle sich selbständig machen, um mehr zu verdienen. „Selbständigkeit“ kam für meinen Vater nicht in Frage: Das Karma seines Vaters (meines Opas Ewald) schwebte wie ein Damokles-Schwert über ihm. Er suchte die Sicherheit eines Angestellten. Und doch: Mein Vater hat meine Mutter (sie war zweieinhalb Jahre älter als er) immer abgöttisch geliebt. Auf seinem Sterbebett sprach er noch liebevoll von meiner Mutter als „mein Mädchen“, aber ihr Drängen, sich selbständig zu machen, ging für ihn zu weit.

Ich selbst habe mich nach 12 Jahren Lehrer-Dasein als Angestellter selbständig machen können – und ein Familien-Karma durchbrochen. „Verrat von Frauen“ spüre ich aber immer noch in meinem Leben. Es scheint mir noch ungeheiltes Familienkarma zu sein.

66 Viele Seelen hängen noch mehrere Inkarnationen im erdnahen Himmel der Erd-sphäre fest und bereiten sich auf eine neue Inkarnation vor. Sobald die Seele „karmafrei“ ist, steigt sie in einem höheren Himmel auf, den ich den ABSOLUTEN HIMMEL DES NIRVANA nenne.

Irgendwann beschloss ich, dieses „Schröter-Familien-Karma“ zu heilen, um es nicht an meinen Sohn und meinen Enkel weiter zu geben.

Es gibt in der Frauenbewegung Bücher unter dem Thema „Wie meine Mutter“ (Nancy Friday). Es ist eher eine Abrechnung der Töchter gegenüber der Manipulation der Mütter. Ein anderes Buch trägt den Titel „Die Mutter-Tochter-Revoluton“ (1994 Elizabeth Debold u.a.), wenn Töchter zu ihrer eigenen Stimme finden. Ich habe als junger Mann diese und ähnliche Bücher der Frauenbewegung („Feminismus“) verschlungen. Als Mann habe ich sie wie besessen gelesen, weil ich in ihnen meine eigene Seele (anima) gefunden habe. Sicher wurde ich dadurch auch ein „Frauerversteher“, wichtiger jedoch: Ich wurde ein Männerverstehender, denn als Männer sind wir erst einmal Mutter-Söhne. In Deutschland gibt es ein Buch von Volker Elis Pilgrim „Dressur des Bösen. Mutterliebe und Verstörung“ (1974) und später „Elternaustreibung“ (1984). Er war lange die Galionsfigur der deutschsprachigen Männerbewegung („Manifest für den freien Mann“ – 1977). Auch sein Buch „Elternaustreibung“ in Romanform ist eine „Abrechnung“ mit der manipulativen Mutter. Seine Befreiung sieht Volker Elis Pilgrim als so etwas wie eine „Teufelsaustreibung“ an. Harte und angemessene Worte für eine schmerzhaft Befreiung von der Mutter als übermächtige Glücke.

Homosexuelle und Lesben bestimmten im deutschen Diskurs, was ein wahrer Mann, was eine wahre Frau seien. Merkwürdig ist, dass sowohl Volker Elis Pilgrim wie auch Alice Schwarzer, die Galionsfiguren der deutschsprachigen Männer- und Frauenbewegung, beide homosexuell

waren. Können sie mit ihrer sexuellen Vorliebe die erfahrenen Apostel für eine reife Liebe zwischen Mann und Frau sein? Ich bezweifle es eher.

Für mich als Mann war es wichtig, meine Liebe zu meinem Vater wiederzufinden. Ich war eher ein „Muttersöhnchen“ (Mama sei Dank!) und habe durch sie das Weibliche immer achten und verehren können. So konnte mir irgendwann auch bewusst werden: Die Helden unserer Gesellschaft sind nicht die Männer, die andere nicht nur in Kriegen umbringen, Heldinnen sind eher unsere Mütter. Jede Mutter hat einen Ehrenorden verdient, auch wenn die deutschen Faschisten die Mütter als Gebärmaschinen für Soldaten auf schändliche und scheinheilige Weise „verehrt“ haben.

Die Griechen hatten den Spruch (Heraklit): „Der Krieg ist der Vater aller Dinge.“ Heute sollte es besser heißen: „Der Frieden ist die Mutter allen Lebens.“ (Jürgen Schröter)

Die Dualseele (Zwillings-Seele)

Auf meinem Seelenweg war ich irgendwann mit dem Thema „Dualseele“ konfrontiert: Ich „sah“ in meiner aktuellen Partnerin mein „Seelen-Dual“, so innig und „übermenschlich“ empfanden wir unsere Liebe.

Dabei lernte ich auch, dass diese Bezeichnung „Dualseele“ von Plato und Aristophanes herrührte. Sie untersuchten verschiedene Arten der Liebe und versuchte das überwältigende Gefühl des EROS als die „Trunkenheit des Verliebtseins“ sprachlich zu fassen. Sie stellten dazu die Theorie auf, **die Seele sei zunächst ein „Kugelwesen“**, das sich trennte – und sich nach der Trennung auch über die vielen Inkarnationen süchtig wieder zu vereinigen sucht. Es war quasi die antike Reflexion des Trennungsschmerzes zwischen Frau und Mann: das Bild des „Kugelwesens“. Diese ursprünglich philosophische Idee zum Verliebtsein als Beziehungssucht wurde in der esoterischen Szene aufgegriffen und ideologisiert: Jeder Mensch suche Zeit des Lebens nach seinem Seelendual – und ein Treffen sei schicksalsabhängig vorbestimmt. Diese Hollywood-Glorifizierung einer Liebesbeziehung fand ein jähes Ende, als immer bewusster wurde, dass sich solche Beziehungen eher in die Hölle als in den Himmel entwickelten. Denn die Dualseele holt alles Teuflische in uns zum Vorschein und wir erkannten: **Das Konzept der Dualseele ist als „ideale Liebe“ eine Sackgasse, nur als „Heilungs-liebe“ zu verstehen: Es wird Traumata sichtbar machen, um sie zu heilen.** Die Liebe von „Dualseelen“ hat etwas Ultimatives: Heilung – jetzt oder nie.

Der Weg zum WIR (Wie geht es uns als Paar?)

Eines meiner eindrucksvollsten Bücher über die Verbundenheit in der Liebe von Mann und Frau ist für mich **das Buch von Samuel Shem und Janet Surrey „Alphabete der Liebe. Warum Mann und Frau doch zusammenpassen“** (Stuttgart 1999 – Klett-Cotta). Die Autoren haben zwei Gruppen von Männern und Frauen zum gegenseitigen Dialog zusammengebracht. „Ziel unserer Arbeit ist es, diese Unterschiede im Dialog herauszuarbeiten und so zu nutzen, dass sie die Beziehungen zwischen Männern und Frauen verbessern.“ (S. 14) **Die Frage ist, wie die Kommunikation zwischen Mann und Frau zu gestalten sei, damit aus zwei Ichs ein WIR wird.**

„Während Männer und Frauen in den Dialogen versuchen, die unterschiedlichen Formen der Macht zu erkunden und ihre Machtkämpfe zu überwinden, während sie sich bemühen, die Beziehung zum Vorteil beider zu beeinflussen, anstatt Kontrolle über den jeweils anderen auszuüben, entsteht eine neue Form von Macht. Wir nennen sie die **Macht der wechselseitigen Verbundenheit oder die Macht des ‚Wir‘.**“ (S. 153) Die Autoren weisen darauf hin, dass das WIR nicht auf einem Weg der „faulen Kompromisse“ entsteht, die keinen glücklich machen. „Es geht darum, dass sie gemeinsam etwas erschaffen, das größer ist als jeder einzelne von ihnen, größer als die Summe ihrer Teile. Sie erschaffen ein ‚Wir‘.“ (S. 171)

Die meisten Paare leben in einer „eheähnlichen Gemeinschaft“ – nicht wirklich als Paar, sondern eher als Wohngemeinschaft. **Ihr „Feststücken“ in der Beziehung liegt am häufigsten darin, dass sie diese Gemeinschaft Ich + Ich nicht zu einem WIR weiterentwickeln können. Ich plus Ich (genauer noch: Ego plus Ego) macht noch kein WIR. Auch der beste Sex (was immer das sein mag) macht noch kein Wir.** Selbst Kinder mögen zu einer Familie und einem Familien-Bewusstsein beitragen, das macht aber noch kein WIR aus. **WIR ist mehr (und etwas anderes) als die Ansammlung von EGOs.**

WIR ist ein neuer Organismus. Das WIR hat eine eigene Seele, die sich entwickeln muss. Diese Entfaltung geschieht nicht von selbst, sondern muss bewusst herbeigeführt, (als pädagogischer Begriff:) gebildet (lies: Familienbildung) und dann wie ein Garten gepflegt werden, insbesondere dann, wenn sich **die Familie bewusst als „spirituelle Einheit“** verstehen will. Bevor sich die Eltern nicht zu einem WIR entwickelt haben, kann auch die Familie kein Wir-Bewusstsein entwickeln. **Die Bindekraft dieses WIR ist immer die Liebe.** Aus zwei Einzelorganismen wird nur durch die **Liebe Mann-Frau** und die **Liebe Eltern-Kinder** eine echte WIR-Gemeinschaften. Dabei sollte zu dieser **WIR-Identität** mehr dazu gehören als der Familienname. Meine zweite Frau aus Polen trug den Mädchenname „Sowa“, was auf Polnisch „Eule“ heißt. Sie nahm meinen Namen „Schröter“ an, wir machten die Eule zu unserem „Familien-Wappen“. So konnte wenigstens ein Symbol aus ihrer Herkunftsfamilie bewahrt bleiben.

Das war als symbolisches Zeichen ganz nett, überwand aber den kulturellen Zwiespalt Deutsch-Polnisch in unserer Familie nicht.

Für ein Kind bedeutet eine Familie noch mehr als für die Eltern. Kinder sind Familienmenschen, identifizieren sich ganz mit der Familie. Sie sind nicht getrennt, sind ein Teil von Mama und Papa.

Kinder sind seit ihrer Geburt „spirituellen Wesen“ (die Engel auf Erden) und müssen nicht erst dazu „erzogen“ werden. Es ist im Grunde genau umgekehrt: Jede Erziehung von Kindern entfremdet sie von ihrem Wesen, macht sie zu Abziehbildern im besten Falle von ihren Eltern oder zu Rollenwesen, die in eine soziale Rolle „sozialisiert“ werden. Gewiss ist das Hineinwachsen in eine (Familien-) Kultur im gewissen Sinne eine Entfremdung von ihrer eigenen Natur. Aber schon Kleinkinder haben den Drang zum aufrechten Gang, das Gehen auf zwei Beinen. Das muss nicht „dressiert“ werden, da ist ein innerer Drang, ein „Kontinuum“, wie wir es bei Jean Liedloff gelernt haben.

Der aufrechte Gang ist etwas anderes als Fahrrad-fahren lernen. Mit dem aufrechten Gang wird das noch krabbelnde Kind anthropologisch zum Menschen. Dies hat auch weitreichende Auswirkungen auf die Entwicklung des Gehirns. Die Hände werden nicht mehr zum Krabbeln gebraucht, sondern werden frei, z.B. für das Greifen (und Be-greifen der Welt), Malen, das Bauen von Burgen im Sandkasten, kurz: für kreative Fähigkeiten. Die Entwicklung von ICH zum WIR ist also auch eine „Enkulturation“, die Aneignung der Kultur der Älteren (Geschwister, Eltern) und das (sprachliche) Hereinwachsen in diese Gruppen.

Die Konflikte in der Ehe der Eltern und in der Familie zwischen den Kindern und Kind-Eltern sind wichtige Lernfelder der Liebe:

Können diese Konflikte zum Wohle aller gelöst werden, oder wird nur Familien-Karma tradiert und weitergegeben? Diese Frage zu beantworten, ist in meinen Augen die Voraussetzung, altes Familienkarma zu heilen.

Und eine weitere Lektion in der Familien-Bildung: **Zwei Unglückliche können sich nicht gegenseitig glücklich machen.** Diese Erkenntnis sollten sich alle Liebende zu eigen machen. Wir können vom anderen nicht das Glück erwarten, jeder muss für sich sein Glück suchen und finden. Zwei Liebende, die glücklich sind, können als Paar auch ein Paar-Glück erfahren, das Glück des WIR als neuem Organismus, bevor ein Familien-Glück entstehen kann. Oft wird eine Schwangerschaft selbst schon als „Unfall“ gesehen. Das ist für die Liebe sicher keine optimale Sichtweise. **Jedes Kind sollte als „Wunschkind“ das Licht der Welt erblicken. Keine Familie kann als „Unfall“ gedeihen.**

Das Wunder der Liebe liegt nicht im orgastischen Tantra-Sex, sondern im gelebten WIR, in der „Dritten, gemeinsamen Sache“. Das ist in der Regel später das Kind, die Familie, das Zuhause. Doch schon die erste Annäherung des Paares im ersten Verliebtsein sollte als etwas Heiliges verstanden werden, als ein Potential, als einen Teil im Schöpfungsplan. **Ehe und Familie sind ein heiliges Sakrament, ohne dass wir es konfessionell sehen müssen.** Und jede Familie sollte ihre eigenen Feiertage haben und diese zelebrieren.

Die dritte Sache: unser WIR

Jede Beziehung hat **eine dritte, das Ich und Du verbindende Sache:** und anfänglich ist es meistens SEX. Dies ist von der Natur so eingerichtet, damit Menschen triebhaft zusammenkommen und so Nachkommen schaffen, ohne sich Gedanken über „Familienplanung“ machen zu müssen. Und das ist in der ganzen Natur so, nicht nur bei Menschen: Bestäubung, Besamung muss einfach (im doppelten Sinne) funktionieren, wie ein Automatismus.

Mit dem wachsenden Selbstbewusstsein und persönlicher Freiheit des Menschen und die Wirren der „sexuellen Revolution“ in den Sechzigern funktionierte diese **Bindungsenergie über Sex** nicht mehr „automatisch“. Übertriebener Sex flacht ab, wenn er seine biologische Funktion erfüllt hat. Doch unsere Kultur ist so sexuell aufgeladen, dass ein „organischer Sex“ das ultimative Ziel eines Paares zu sein scheint. Uns muss aber bewusst sein, dass ein Paar vier Ebenen des „Zusammenwachsens“ zum WIR hat:

- die körperliche Ebene (Sexualität)
- die emotionale Ebene (Liebe)
- die mentale Ebene (Kommunikation)
- die seelische Ebene (Paar-Seele)

Es kommt darauf an, alle vier Ebenen harmonisch zu entwickeln. Das ist das Geheimnis. Wenn eine Ebene dabei **langfristig die entscheidende ist, so ist es die seelische Ebene.**

Das Paar stehen auch nicht mehr unter dem gesellschaftlich und moralischen Druck sich treu zu sein, „bis dass der Tod uns scheide“. Ich glaube, insbesondere die Religionen suchten hier durch ihre rigorosen Gebote stärker zu sein als die Natur des Menschen. „Monogamie“ ist sicher keine natürlich-biologische Gesetzmäßigkeit, sondern eine kulturell-religiöse: Das begann schon mit dem „ersten Gebot“, nur Sex nach der Ehe mit einem Gleichgläubigen (aus der Gemeinde) eingehen zu dürfen.⁶⁷ Der Mensch hat kulturell-religiös diese Verbindung noch verstärkt: durch die sakramentale „Heiligkeit der Ehe“ und das Ehegelöbnis in der Kirche. „Ehebruch“ wurde zu einer „Todsünde“. Dies mag lange funktioniert haben, funktioniert in der Moderne und der Befreiung der Frauen aber nicht mehr. **Die Religion, die Liebe und die Ehe sind in einer existentiellen Krise.** Das zeitliche Zusammenwirken dieser drei Krisen ist keine Zufall und Ausdruck ihrer Vernetzung. Doch es gibt kein Zurück mehr in „viktorianische Zeiten“.

Doch es gibt ein anderes Gesetz: **Die großen Probleme der Menschheit sind nur noch spirituell zu lösen!** Und der Schlüssel dabei ist die Liebe. Genauer: **Der Schlüssel ist die spirituelle Liebe.** Was ist das Neue an ihr? **Eine spirituelle Liebe ist nicht materialistisch ausgerichtet, sondern seelisch – also vor allem die Beziehung zweier Seelen.** Der „Wert“ des Partners wird nicht an seinem Besitz gemessen.

67 Mein Vater aus Ostdeutschland war evangelisch getauft, meine Mutter aus Westdeutschland katholisch. Vor der Hochzeit am 23. April 1950 konvertierte mein Vater zum Katholizismus. Es war auch ein klares Symbol, wer bei unseren Eltern (ich habe noch eine Schwester) „die Hosen anhatte“, wer die „Bestimmerin“ war. Die Hochzeitsnacht meiner Eltern wurde meine Zeugungsstunde.

Liebe überwindet alle Grenzen: Der gesellschaftliche Stand der Partner, die Religion, die „Rasse“, die Nationalität spielen keine Rolle mehr. Es gibt keinen „Heiratsmarkt“ mehr. Menschen, die füreinander bestimmt sind, brauchen keine „Beziehungs-App“, sondern vertrauen ganz darauf, dass sie sich zur rechten Zeit „schicksalhaft“ treffen und erkennen werden. Es ist ein **Wiedererkennen aus einer himmlischen Verabredung**⁶⁸. Diese spirituelle Idee, dass wir uns als Seelen vor der Neuinarnation „im Himmel“ (in der fünften Dimension) abgesprochen haben, macht den Kern der spirituellen Liebe und ihre Bestimmung aus: weil wir uns mit einem **Plan des gemeinsamen spirituellen Wachstums** abgesprochen haben. Diese „Absprache im Himmel“ geschieht wohl meistens mit älteren Seelen, die schon einmal gemeinsam inkarniert waren. Bei der Absprache des „Plans“ können die ehemaligen Rollen gewechselt werden, um einen karmischen Ausgleich zu schaffen: ein ehemaliges Opfer werde jetzt zum Täter, der ehemalige Täter nun zum Opfer. Doch dies nur als Hinweis; es gibt sicher viele Arten des „karmischen Rollentauschs“. Wichtig ist, dass das „Paar“ sich als „alte Seelen“ auch bewusst ist, dass es in dieser neuen gemeinsamen Inkarnation ein gemeinsame, spirituelle „dritte Sache“ geben wird: Und **die „dritte Sache“ zwischen ihnen sind keine Besitztümer**: weder die Kinder werden zum gemeinsamen Besitz, noch das Einfamilienhaus mit Garten. **Die dritte Sache ist eine gemeinsame karmische und seelische Aufgabe in spiritueller Absprache.**

68 Das hebräische Wort für Liebe „Ahawah“ hat auch die Bedeutung von „Wiedererkennen“.

- Der Vorteil für die Kinder bei einer „abgesprochenen „dritten Sache“: Wenn Kinder zwar erwünscht, nicht aber die verbindende „dritte Sache“ der Beziehung sind, so sind die Kinder für ihre Entwicklung freier, können von den Eltern „bedingungslos“ geliebt werden, können „bedingungslose Liebe“ von ihnen erfahren. Sie können als junge Seelen ihre eigenen Erfahrungen machen, ohne einen elterlichen Plan erfüllen zu müssen.
- Der Vorteil, kein „Einfamilienhaus“ (oder Ähnliches) karmisch anzustreben, liegt darin, dass ein solches „Inkarnationsziel“ alle Energie für sich beanspruchen kann, so dass dieses Ziel alle Energie absorbiert und Konflikte ausgetragen werden müssen, die einen für die Inkarnationsaufgabe nicht weiter bringt: Konflikte entstehen, die gar nicht notwendig wären. „Einfamilienhäuser mit Garten“ sind eine Ablenkung⁶⁹ vom spirituellen Weg, ein Hocharbeiten in die Mittelschicht.

Ich habe als Erstgeborener, der in der Hochzeitsnacht gezeugt wurde, durchaus einen „Prinzen-Status“. Und doch kann ich meinen Eltern dankbar sein; auch ohne schon karmisch erwünscht gewesen zu sein: Sie haben gelebt nach dem Motto „Unsere Kinder sollen es einmal besser haben als wir.“

69 Ich bin in einem solchen Einfamilienhaus als Neubau groß geworden. Mein Vater war als Architekt bei einer ganzen Neubau-Siedlung (Leverkusen-Alkenrath) feder-führend beteiligt – und konnte sich ein „Sahneschnitte“ des Grundstück direkt neben der Kirche aussuchen. Ich kenne die Vorteile eines Einfamilienhauses – und seiner trügerischen Fassade.

Sie waren „Vorzeige-Katholiken“: mein Vater im Kirchenvorstand, meine Mutter im Kirchenchor, beide waren Sonntag-Kirchgänger, meine Mutter auch noch wöchentlich bei der Frauenmesse. Um es noch nur kurz zu ergänzen: Ich war in der Gemeinde bei den Pfadfindern und Messdiener, als ich als Jugendlicher Cello lernte, bekam der Kirchenchor noch ein Streichquartett.

Keine Frage: Ich hatte eine behütete Kindheit. Meine Eltern hatten je drei Geschwister (es waren in der Verwandtschaft also acht Geschwister einschließlich meiner Eltern meiner Eltern plus eingeheilratete Verwandte), zwölf Onkel und Tanten, also eine recht große Verwandtschaft mit Cousinen und Cousins. In einem afrikanischen Sprichwort heißt es, ein Kind brauche ein ganzes Dorf für seine Erziehung. Ich hatte tatsächlich ein solches Dorf⁷⁰ für mich, das Geburtsdorf meiner Mutter im Westerwald! Ein Onkel, also Bruder meiner Mutter, war Bürgermeister des Dorfes. Die Eltern meines Vaters lebten als aus dem Osten Zugereiste auch in diesem Dorf. Mein „Pseudo-Opa“⁷¹ war dort der Dorfschullehrer (mit dem Spitznamen „Flitzer“, er hatte wohl einen auffällig forschen Gang).

Unter dem Strich kann ich mir kaum eine harmonischere Kindheit vorstellen, als die mir beschieden war.

70 Marienrachdorf in der Verbandsgemeinde Selters/Dierdorf in Rheinland-Pfalz; das Dorf-Wappen zeigt die Muttergottes mit Jesuskind auf dem Arm.

71 Es war nicht wirklich der Vater meines Vaters. Die Mutter meines Vaters hatte meinen „Schröter-Opa“ verlassen und noch einmal geheiratet, meinen „Pseudo-Opa“.

Meine Eltern gaben mir sicher auch das Religiöse und Spirituelle mit.

Ich hatte allerdings auch eine atheistische Phase als Jugendlicher und war Jungkommunist⁷², was dazu führte, dass ich aus dem Elternhaus rausgeschmissen wurde und ich in der „Sponti-Szene“ in Leverkusen Unterschlupf fand, ich war noch in den letzten Klassen des Gymnasiums. Ich wurde abrupt aus dem familiären Nest geschmissen und lernte das „wahre, unbehütete Leben“ kennen: Der Typ, der mich aufnahm, war schwul und stieg eines Nachts zu mir ins Bett – ich konnte mich zur Wehr setzen. Er hatte eine Freundin (?), die oft kurze Röcke trug – ohne Slip darunter, ihr unter den Rock zu sehen, irritierte mich; alles heftige Erfahrungen, die ich aber einordnen konnte.

Doch ich blieb als gebürtiger Wassermann ein wissensdurstiger Rebell und Umstürzler: Ich las alles, was mir in die Finger kam. Am Anfang waren es Bücher zweier Frauen aus der amerikanischen spirituellen Szene : Shirley MacLaren („Zwischenleben“) und Chris Gristom („Der weibliche Weg“ | „Meergeboren“). Mit ihren Büchern bekam ich eine erste Ahnung, dass es weit mehr als es die Oberflächlichkeit des materiellen und kommunistisch orientierten Lebens gibt. Dieses oberflächliche Leben nannte Ken Wilber später „Flachland“.

Ich glaube, dass es bedeutsam ist, dass meine esoterische Sichtweise von diesen Frauen eingeweiht wurde.

72 Ich wurde mit etwa 18 Mitglied der DKP; meine Parteimitgliedschaft wurde per Brief mit Absender-Logo der DKP bestätigt, der meinen Eltern in die Hände fiel – mein politisches Geheimnis war geplatzt und ein riesiger Krach in der Familie entbrannte, der zu diesem Rauswurf führte.

Später erst kamen Männer als theoretische Autoren einer neuen Spiritualität dazu.

Was ich damit sagen will: **Ich glaub schon, dass ich (unbewusst) nach einem Seelenplan gelebt habe.** Als Wassermann habe ich mir immer so viel Freiraum geschaffen, dass mein Seelenplan Raum hatte, sich zu entfalten und zu manifestieren. Mit anderen Worten: Mein Leben war nicht „durchgeplant“, sondern luftig für Kurskorrekturen meiner Seele.

Ich hatte zu Beginn dieses Jahrhunderts **eine astrologisch ausgerichtete Internetpage** „<https://www.seelenimpuls.info>“ (sie existiert heute nicht mehr), die Monat für Monat bei dem Wechsel der Tierkreiszeichen die speziellen astrologischen „Seelenimpulse“ besprach. Ich erkannte, es gibt einen Rhythmus meiner Seele, die nicht mit dem „Julianischen Kalender“ synchronisiert war. So achtete ich immer mehr auf meinen tieferen Seelen-Rhythmus⁷³ und lernte, im Rhythmus meiner Seele zu leben. Ich wurde sehr sensibel für solche Impulse aus meiner Seele und gewöhnte mich daran, solchen Impulsen in meinem Leben ohne Widerspruch zu folgen. Leider konnte ich irgendwann die monatlichen Providerkosten nicht bezahlen und mein Provider nahm die Page vom Netz: gelöscht! Ich hatte kein Backup erstellt.

73 Ein Seelenmonat begann bei mir nicht mit dem ersten des Monats, sondern mit dem 21. des Monats mit dem Wechsel des Tierkreiszeichens.

Doch das monatliche Ausrichten auf die Energien des aktuellen Tierkreiszeichens haben eine gewisse Harmonie in meine Energiefelder gebracht, die jeweiligen Monatsenergien immer mehr aktiviert und in Harmonie gebracht:

Im monatlichen **Tierkreiszeichen Widder** (21. März bis 20. April) achtete ich beispielsweise drauf, alle Handlungsimpulse sofort umzusetzen. Im **Tierkreiszeichen Fische** (20. Februar bis 20. März) achtete ich besonders auf meine spirituelle Entwicklung. Auch achtete ich bei jedem Tierkreiszeichen auf **die Schattenaspekte**, die Entwicklungs-Herausforderungen. Ich war als Wassermann-Geborener durchaus ein „Luftikus“. Doch mein „Assistent“ (wie ich meinen Aszendenten „Stier“ scherzeshalber nannte), half mir, mich zu erden. In diesem Spannungsfeld und meiner bewussten „Arbeit an und mit mir selbst“ wurde mir immer mehr eine „geerdete Spiritualität“ wichtig.

Nach zwei Jahren Durchgang durch alle Tierkreiszeichen (also 24 Monats-„Lektionen“) dachte ich dann: **Ich finde alle Tierkreis-Energien in meiner Seele wieder und hatte sie „aktiviert“**. Dieser zweijährige „Durchgang“ hat zu meiner energetischen Vervollkommenung beigetragen. Ich war nicht nur „Wassermann“ (Sonnenzeichen), nicht nur „Stier“ (Aszendent), nicht nur „Steinbock“ (Medium Coeli), nicht nur „Skorpion“ (Deszendent), sondern auch „Zwillinge“ (Vater), „Jungfrau“ (Mutter) und „Krebs“ (Schwester), also die Energie von sieben Tierkreiszeichen, die mich in meiner frühen Entwicklung beeinflussen haben.

Ich denke, die Energien der fehlenden fünf Tierkreise (Widder, Löwe, Waage, Schütze und Fische) habe ich mir im Laufe meiner beruflichen Selbständigkeit (40 Jahre) erwerben dürfen: Alle diese Energien waren für eine erfolgreiche Selbständigkeit wichtig⁷⁴.

Was mir dabei auffällt: Es sind auch die Tierkreiszeichen der meisten Partnerinnen: Zwillinge als meine erste Ehefrau, Löwe als meine zweite Ehefrau. Also: Ich fühle mich jetzt in meinem Alter (Jahrgang 1951) zur letzten Etappe meines Lebens energetisch harmonisch abgerundet. **Bin ich schon „karmafrei geworden? Oder bleiben noch Karmapunkte, die zum Abtragen eine neue Inkarnation erfordern?**

Ich bin wahrlich kein Astrologe, aber ich finde die Astrologie für eine bewusste Lebensführung sehr sinnvoll, „unverzichtbar“ liegt mir zum Tippen in den Fingerspitzen. Ich kenne keine psychologische Typenlehre, die so differenziert und prozessorientiert ist wie die Astrologie.

Sobald wir uns mit der Astrologie beschäftigt, erkennen wir schnell, dass mein ICH im Grunde schon ein WIR ist! Der bekannte deutsche „TV-Philosoph“ Richard David Precht hat ein erstes Buch veröffentlicht, mit dem er bekannt wurde: „WER BIN ICH – und wenn ja, wie viele?“ (2007) Diese vielen Ichs fasst man gerne mit dem Begriff SELBST zusammen. **Mein SELBST ist quasi meine innere WIR-Familie.**

74 Siehe dazu mein Buch: Erfolgreich selbständig. Der spirituelle Weg (2026)

Die amerikanischen Autoren Hal und Sidra Stone regten in ihrem Buch „Du bist viele“ (1994) an, die verschiedenen inneren Stimmen zu identifizieren, ihnen einen Namen zu geben und mit ihnen ins innere Gespräch zu kommen. Ich kann also den „Voice Dialog“ mit mir selbst erproben! Und viele Menschen (insbesondere Frauen) üben diesen „inneren Dialog“ rudimentär und eher unbewusst über das Medium des Tagebuchschreibens: „Liebes Tagebuch ...“

Wir erkennen leicht, wie komplex ein Mensch ist, wenn wir ihn energetisch und astrologisch betrachten. Wir sollten daraus für die Meisterung unseres Lebens aber keine Wissenschaft machen. Es ist jedoch hilfreich, hier Grundkenntnisse zu besitzen. Unsere „Schulweisheiten“ reichen lange nicht dafür aus, unser Leben zu meistern. Mit einem materialistischen Wissen von gestern (mehr haben unsere staatlichen Schule nicht zu bieten) alleine können wir unsere Zukunft nicht meistern, wenn wir nicht zweidimensionale Flachlandwesen bleiben wollen.⁷⁵

Ich habe zwei Ehen an die Wand gefahren: einen Sohn mit der ersten Frau Renate aus Deutschland gezeugt, eine Tochter von der zweiten Frau Maria aus Polen adoptiert. Trotzdem war ich „es“ nicht leid, wenn auch verletzt und skeptisch geworden. Die Sehnsucht nach einer stabilen Zweierbeziehung blieb. Ich fragte mich, was da (von meiner Seite verantwortlich) in den beiden Ehen schief gelaufen ist.

75 Das Buch von Herbert Marcuse: „Der eindimensionale Mensch“ mit dem erschreckenden Begriff „repressive Entsublimierung“. Das Buch war wohl eines der ersten Bücher der „Neuen Linken“, das ich gelesen habe.

Würde ich daraus etwas gelernt haben? **Reicht es noch für einen dritten, besten „Versuch“ in dieser Inkarnation?**

Meine **erste Frau, Renate**, war eine „Frankophile“, die auch gut Französisch sprach, und ich verlor sie an einen Franzosen, mit dem sie später noch zwei Kinder bekam. Wir waren „Politische“, was uns verband, war die politische Arbeit in einer „links-radikalen Sekte“. Unser Sohn Arne wurde schon als Säugling in der Tragetasche zu allen Sitzungen mitgeschleppt und verbrachte einmal in der Woche den Abend in einer verqualmten Bude einer „Zellen-Sitzung“⁷⁶. Irgendwann stieg ich aus der Gruppe aus mit der Begründung: Mein Sohn (er war ein paar Monate alt) ist mir wichtiger als die ganze Weltrevolution. Er war für mich (insbesondere als Pädagoge⁷⁷) der wichtigste Mensch, den ich für kein Leben in der politischen Subkultur vorbereiten wollte, sondern nach den höchsten Idealen der „Humanistischen Pädagogik“ erziehen wollte.

Mit meinem Ausstieg aus der politischen Gruppe verloren meine Frau und ich unsere „ideologische Plattform“ und gemeinsame Vision nicht nur für die Erziehung unseres Sohnes, sondern auch als Ehe-Gemeinschaft. Es war da unser Sohn, den wir beide liebten.

76 Es war eine Maoistische Studien-Gruppe, die sich „Marxisten-Leninisten“ nannte. Wir studierten und diskutierten die kommunistischen Klassiker Marx, Engels, Lenin, Stalin und Mao Tsetung. Wir traten als Gruppe nie in der Öffentlichkeit auf, waren eine reine Studiengruppe.

77 Die ganze Wahrheit: Ich verstand mich damals als „Antipädagoge“ (Ekkehard von Braunhühl, Hubertus von Schönebeck) und schrieb für die Uni eine Arbeit: „Psychologische Grundlegung der Antipädagogik“. Einer meiner Leitbilder als Fach-Pädagoge war Hartmut von Hentig. Ich korrespondierte auch kurz mit Hermann Giesecke.

Aber nachdem meine Frau nach Südfrankreich zog, lagen zwischen uns Eltern 1.200 km – von Bochum (NRW) nach Le Vigan (Département Gard). Bei der Trennung zwischen Renate und mir war unser Sohn vier Jahre alt, als sie nach Südfrankreich zog. Ich wurde für unseren Sohn kein Wochenend-Papa, sondern nur noch ein Ferien-Papa. Ich sah meinen Sohn in den südfranzösischen Schul-Ferien, sechs Wochen am Stück.

Ich hatte in der Zwischenzeit eine „Villa Kunterbund“ in Südschweden mit Freunden gekauft und verbrachte die Ferien mit meinem Sohn zu 90% in Schweden. Mein Sohn sah aus wie Emil/Michel⁷⁸ aus Lönneberga und hätte gut als schwedischer Laus-Bub durchgehen können. Er liebte Schweden; auch unser Samojede Scott⁷⁹ blühte in Schweden total auf. Scott war in Schweden nicht wiederzuerkennen. Samojeden sind Schlittenhunde – mehr brauche ich sicher nicht zu sagen: Scott war in Schweden einfach zuhause. Meine Frau Renate war etwas eifersüchtig auf mich: Ich sei der Ferien-Papa, der dem Kind die schönste Zeit bieten konnte, sie hätte den (Schul-) Alltag mit dem Kind. Als ich mit meinem Sohn diese Situation Jahrzehnte später nachbesprechen konnte (er war inzwischen selbst Vater geworden), meinte er: „Ich habe mich nie geliebt gefühlt.“ Ich war schockiert! Es dauerte eine Zeit, bis ich Arnes Reaktion ein wenig verstehen konnte.

78 In Schweden bei Astrid Lindgren heißt der Bub „Emil“, in ins Deutsche übertragene Buch aber Michel.

79 Samojede Scott – ein Wunschhund unserer Tochter Susanne, der immer mehr „mein Hund“ wurde, weil ich mit ihm regelmäßig Gassi ging und die Alltagsbetreuung für den Hund übernahm.

Er war immer eine lange Zeit bei einem Elternteil geblieben, bis ich ihn abholte und wir dann im Auto über 1.200 km von der Mutter wegfuhrten. Dieses immer wieder Wegfahren von einem Elternteil zum anderen, von einer Kultur zur anderen, das war für ihn wahrscheinlich das Trauma, sich nicht wirklich binden zu können. Wenn ich ihn von seiner Mutter abholte, musste er sich von ihr verraten fühlen. Und umgekehrt: Wenn ich ihn wieder zu seiner Mutter brachte, musste er sich von mir verraten gefühlt haben. Er lebte in zwei Welten, die er nicht zusammenbringen konnte. Als er etwa 9 Jahre alt war, nahm ich ihn zu mir in meine zweite Familie auf. Er lebte kaum 2 Monate in Deutschland bei mir und ging in eine Gesamtschule: Selbst sein Französisch war dermaßen katastrophal, dass seine (deutsche) Französisch-Lehrerin nur den Kopf schüttelte. Sie meinte, er sein fast ein Analphabet, obwohl er in Frankreich schon fünf Jahre auf der (Ein-Klassen-) Grundschule war. Ironischerweise wäre diese französische Schule in Alzon geschlossen worden, wenn Arne dort nicht angemeldet worden wäre. Er sorgte mit seiner Anmeldung dafür, dass die Schule überhaupt weiter existierte. Eine Dorfschule – eine Klasse – ein noch Rohrstock-prügelnder Lehrer⁸⁰. Arne hatte in der französischen Einklassen-Grundschule fast keine Basis-Ausbildung erhalten.

80 Zwei kleine, fast unfassbare Episode: Ein Klassenkamerad von Arne war der Sohn des Dorfpoplizisten. Eines Tages kam er mit der geladenen Knarre seines Vaters in den Unterricht ... Arne wurde als Deutscher gleich von den Kindern seiner Klasse gemobbt: „Du hast den Krieg verloren!“ Arne hatte natürlich keine Ahnung, wo er da was verloren haben sollte.

Auch in Deutschland wurde Arne gemobbt: Und irgendwann kam er heulend nach Hause: Er wollte nach Frankreich zurück! In der Gesamtschule wurde er als „Homosexueller“ verspottet (was für ein Quatsch!) Ich verstand sein Elend und fuhr ihn am kommenden Wochenende nach Frankreich zu seiner Mutter zurück, die wieder von einem Franzosen hochschwanger war. Dort wurde er in der neuen Familie seiner Mutter und dem französischen Freund aber auch nicht mehr freundlich aufgenommen. Er mietete sich eine kleine Wohnung in der Nähe der Schule (die ich durch meinen Unterhalt mitbezahlte). Und so lebte Arne schon mit zwölf Jahren alleine – in einer Miniwohngemeinschaft mit einem anderen jungen Mädchen, die sich die Miete teilten. Es waren sicher wilde Jahre – Arne kaum in der Pubertät.

Meine erste Ehe war ein Beispiel dafür, wie wir uns völlig auseinander gelebt hatten. Renate lebte ihren Traum in Südfankreich, wurde Schafsbäuerin mit einem regional prämierten Schafskäse (in der Nähe von Roquefort-sur-Soulzon), den sie regelmäßig auf dem Wochenmarkt in Le Vigan auch verkaufte. Sie gebar dem französischen Schafsbauern, mit dem sie in einer eheähnlichen Gemeinschaft zusammen lebte, aber nie heiratete, noch zwei Kinder. Arne fühlte sich in der neuen Familie wie „das fünfte Rad am Wagen“, auch wenn er von seinen beiden Halbgeschwistern als der Älteste angehimmelt wurde. Ich glaube, er fühlte sich bei seinen Halbgeschwistern erstmals als „großer Bruder“ richtig geliebt⁸¹.

81 Mir wird jetzt beim Schreiben erst erschreckend bewusst, dass mein Vater ein ähnliches Schicksal hatte wie Arne: Er hatte als Ältester (auch) drei Halbgeschwister und war ihr „großer Bruder“).

Ich machte in der Zeit auch meinen Traum von beruflicher Selbständigkeit wahr. Im Nachhinein gesehen sind meine erste Frau und ich durchaus je unseren Weg gegangen – nahezu diametral entgegengesetzt, was unseren Sohn Arne allerdings innerlich zerriss. Als Arne zur Welt kam, war ich siebenund-zwanzig, Renate etwa ein Jahr jünger. Die Bedingungen für eine erfolgreiche Ehe waren „eigentlich“ ideal. Doch ich war derjenige, der von einer gemeinsamen Freundin verführt „fremdging“ und mich danach sterilisieren lies mit dem Motto: „Das macht keine Frau mehr mit mir!“. Meine Sterilisation war der eigentliche Ehebruch, Renate wollte noch Kinder haben, was mit mir als Vater nicht mehr möglich war.

Meine zweite Frau Maria war eine Schlesierin und junge Mutter (ihre Sausanne Patrizia war etwa vier Jahre alt, als sie nach Deutschland kam). Als Aussiedlerin sprach sie nur Polnisch; wir kamen aus verschiedenen Kulturen. Sie ist noch im sozialistischen Polen als Kind groß geworden und war Schülerin bei mir als Deutschlehrer für Spätaussiedler im Deutsch-Kurs. Wir konnten aus anfänglich kaum verständigen. Es gab auch keine dritte Sprache (wie Englisch; sie konnte als Zweitsprache Russisch), die wir als „Brückensprache“ hätte nutzen können. Wir hatten als Paar und Patchwork-Family in unserer Ehe sofort zwei Kinder, meinen Sohn Arne und ihre Tochter Susanne. Bis Maria so gut Deutsch sprechen konnte, dass wir auch subtilere Konflikte hätten differenziert diskutieren können, war die Ehe schon in die Brüche gegangen.

Wir hatten mit meinen Schwiegereltern (die dann auch aus Polen zur Familienzusammenführung kamen) ein Zweifamilienhaus gekauft, hatten einen Garten an den Ruhr-Wiesen: eigentlich eine perfekte Familie mit allem Drum und Dran. Auch die beiden Kinder Arne und Susanne verstanden sich gut miteinander. Dadurch, dass die polnische Familie (Schwiegereltern, Frau und Tochter) im Grunde von Polen aus hier in Deutschland sich neu formiert hatte, war ich nicht wirklich der „Herr im Haus“, sondern eher der Schwiegervater, der (mit meinem ganzen Respekt!) ein Allround-Handwerker (er war im schlesischen Polen Bergmann) war und immer etwas am Haus reparierte und verschönerte. Als intellektueller Mann hatte ich da kaum eine Chance – und bekam seine Verachtung zu spüren. Ich war bestenfalls der Assistent meines Schwiegervaters. Wir waren eine Wohngemeinschaft mit zwei Männern, zwei Frauen, zwei Jugendliche (Arne und Susanne) und zwei Hunden (unser Samojede Scott und ein Reh-Pinscher Allan aus Polen). Es war in der Gruppendynamik ein völliges Durcheinander, was schon bei den Hunden anfang: Der „Furzknotten“ Allan (eine kleine Ratte) war etwas älter als Scott (der so groß wie ein Schäferhund mit leichter Übergröße für seine Rasse war) und hatte unter den Hunden das Sagen. Er war vor Scott im Haus und hatte „sein Revier“ schon markiert. Es war zum Lachen und Heulen zugleich, dass Zwerg Allan der Schwiegereltern unseren Scott immer wieder zeigte, wer von den beiden Rüden das Alpha-Tier war. Irgendwie gefiel es mir, dass Scott als zweiter Rüde im Haus die untergeordnete Rolle ohne Knurren annahm.

Kleine Geschichte am Rand von unserem Feriendomizil in Schweden, das wir regelmäßig über Jahre besuchten (Jag talar lite svenska⁸²): Ich fuhr mit unserem Hund Scott an der Leine gerne Fahrrad durch einen schwedischen Wald direkt an unserer „Villa Kunterbund“ in Sinnerbo (Kalmar Län an der Insel Öland). Plötzlich roch Scott einen Elch im Gebüsch, riss sich von mir noch Fahrrad fahrend los, die Leine hinter sich herziehend – und jagte dem Elch als „fette Beute“ in den dichten Wald hinterher. Scott war in den Wald verschwunden. Es half kein Rufen und Pfeifen mehr – und wir gaben nach einer halben Stunde auf, nach ihm zu suchen und zu rufen. Nach einer Stunde kam er aus einer ganz anderen Richtung völlig durchnässt und verdreckt aus dem Wald, die Leine immer noch hinter sich herziehend. Ein Wunder, dass er uns aus dem Wald wiedergefunden und sich nicht an der Leine selbst stranguliert hatte! Er war völlig erschöpft, aber unverletzt. Es ist mir immer noch ein Rätsel, wie er uns wiedergefunden hat. Eigentlich gibt es keinen Waldweg zwischen dem Ort, an dem ich ihn verloren hatte und dem Weg, den er dann zurückgefunden hatte. Er musste durch dichtes Unterholz den Weg zurück gefunden haben. Wir waren so glücklich wie er selbst. Und es gab kein Gedanke, ihm zu bestrafen, weil er abgehauen war. Wir waren einfach nur glücklich und stolz, dass er (auch ohne erjagtem Elch im Maul⁸³) zurück gefunden hatte.

82 Übersetzt: „Ich spreche ein wenig Schwedisch.“

83 Kleiner Scherz: versteht sich!

Zusammenfassend: **Ich kann von mir wohl nicht behaupten, dass ich bei meinen beiden „gescheiterten Ehen“⁸⁴ ein Experte für lebenslange, liebevolle Ehebeziehungen wäre.** In meiner Lebenszeit habe ich die längere Zeit als Single gelebt als in einer Zweierbeziehung. Aber immerhin: Ich kann gut alleine leben und mich um mich selbst kümmern, vielleicht meine wichtigste Seelen-Lehre in dieser Inkarnation und der „heimliche Lehrplan meiner Seele für diese Inkarnation“.

Wie meine Sehnsucht nach einer dauerhaften Zweierbeziehung in mir weiter glühte, machten mir die Schriften des amerikanischen spirituellen Autors Neal Donald Walsch bewusst. Den ersten Band von „Gespräche mit Gott“ las ich 1997 mit der ersten deutschsprachigen Ausgabe. Später habe ich alles von ihm gelesen, was auf Deutsch erschienen ist. Es gab einen kleinen, speziellen Band „BEZIEHUNGEN“ als „Wegweisungen für den Alltag“. Im dritten Band „Gespräche mit Gott. Kosmische Weisheit“ (dt. 1999) war **die Eheerklärung von Neal und Nancy Walsch** abgedruckt, die mich sehr beeindruckt hat.

Ich war damals knapp 50 und merkte für mich: **Ja, ich möchte noch einen dritten Versuch einer Ehe mit einer „Seelenpartnerin“ wagen – dann auf spirituellem Niveau wie Neal und Nancy.** Ich drucke dieses Ritual und Eheversprechen hier als Muster ab (S. 300 – 305):

84 Bei dem ersten Scheidungsverfahren fragte mich die Scheidungsrichterin: „Herr Schröter, erklären Sie die Ehe für gescheitert?“ Ich antwortete: „Ich erkläre unsere Ehe als erfüllt.“ – Die Richterin war ob der Antwort verblüfft und erwiderte: „Wenn Sie Ihre Ehe nicht als gescheitert sehen, kann ich Sie nicht scheiden.“ Geschlagen von dem keine Differenzierung duldenden Argument der Richterin erklärte ich dann unsere Ehe formal als gescheitert.

Anfang des Textes:

„Folgendes haben Nancy und ich zueinander gesagt, als wir heirateten ... dank der ‚Inspirationen‘, die wir erhielten:

Geistliche:

Neal und Nancy sind heute abend hier, um ein feierliches Versprechen abzugeben, um einen heiligen Schwur zu leisten. Neal und Nancy sind hier, um ihre Liebe füreinander *öffentlich* kundzutun; um ihre Wahrheit bekannt zu machen; um zu erklären, dass sie die Wahl getroffen haben, ihre Partnerschaft gemeinsam zu leben und zu wachsen. Sie möchten dies laut und in eurer Gegenwart erklären, damit wir alle einen wahren und intimen Teil ihrer Entscheidung in uns fühlen und somit noch kraftvoller werden lassen. Sie sind heute Abend auch in der Hoffnung hier, dass ihr Ritual der Verbindung dazu beiträgt, uns *alle* näher zu bringen.

Wenn Sie heute Abend mit Ihrem Ehepartner oder Ihrer Lebensgefährtin hier sind, dann lassen Sie diese Zeremonie einen Moment der Erinnerung – eine neuerliche Bestätigung ihrer eigenen liebenden Verbindung sein. Wir beginnen mit der Frage: Warum heiraten? Neal und Nancy haben diese Frage für sich beantwortet, und sie haben mir ihre Antwort mitgeteilt. Nun möchte ich sie noch einmal befragen, so dass sie sich ihrer Antwort, ihrer Vereinbarung sicher sind und standhaft in ihrer Verpflichtung gegenüber in ihrer gemeinsamen Arbeit.

(Die Geistliche nimmt zwei rote Rosen vom Tisch ...)

Dies ist die Zeremonie der Rosen, mit der Nancy und Neal ihre einvernehmlich getroffene Vereinbarung kundtun und diese Gemeinsamkeit ehren und feiern.

Nun, Nancy und Neal, ihr habt mir gesagt, dass ihr zur festen Übereinkunft gelangt seid, dass Ihr diese Ehe nicht aus Gründen der Sicherheit eingeht. ...

... dass die einzig wahre Sicherheit weder darin besteht, jemanden als Eigentum oder Besitz zu betrachten, noch sich als Eigentum oder Besitz betrachten zu lassen ...

... nicht darin, zu fordern oder zu erwarten, ja nicht einmal zu hoffen, dass der andere dich mit dem versorgt, was du deiner Meinung zum Leben brauchst ...

... sondern viel mehr im Wissen, dass alles, was du im Leben brauchst ... alle Liebe, alle Weisheit, alle Einsicht, alle Macht, alles Wissen, alles Verständnis, alle Fürsorglichkeit, alles Mitgefühl und alle Stärke ... in deinem Inneren existiert ...

... und dass ihr einander nicht in der Hoffnung heiratet, diese Dinge zu *bekommen*, sondern in der Hoffnung, diese Geschenke zu *geben*, damit sie dem anderen in noch größerer Fülle zur Verfügung stehen. Ist das heute Abend eure feste Übereinkunft?

(Sie sagen: „Das ist sie.“)

Und Neal und Nancy, ihr habt mir gesagt, dass ihr zur festen Übereinkunft gelangt seid, dass ihr diese Ehe nicht eingeht, um euch auf irgendeine Weise zu begrenzen, zu kontrollieren, zu behindern oder einzuschränken im wahren Ausdruck und ehrlichen Feiern des Höchsten und Besten in euch – einschließlich eurer Liebe zu Gott, eurer Liebe zu den Menschen, eurer Liebe zur Kreativität, eurer Liebe zur Arbeit oder *irgendeines* Aspekts, der eine authentische Darstellung eures Wesens ist und euch Freude bringt.

Ist das auch heute abend noch eure feste Übereinkunft?

(Sie sagen: „Das ist sie.“)

Und schließlich habt ihr, Nancy und Neal, mir gesagt, dass ihr die Ehe nicht als etwas ansieht, das zu *Verpflichtungen* führt, sondern dass etwas, das *Chancen* bietet ... Chancen für Wachstum, für den vollen Selbstaussdruck, dafür, dass ihr euer Leben zur Entfaltung seines höchsten Potentials führen könnt, für die Heilung jede falschen Gedankens oder jedes geringschätzigen Vorstellung, die ihr jemals über euch selbst hattet, und für die letztliche Wiedervereinigung mit Gott durch die Kommunion eurer beiden Seelen ...

... daß dies wahrhaft eine heilige Kommunion ist ... einer Reise durch das Leben mit einer Person, die ihr als gleichberechtigte Partner liebt, mit der ihr die mit jeder Partnerschaft verbundenen Befugnisse und Verantwortlichkeiten gleichermaßen teilt, die Bürden, die da sein mögen, gleichermaßen tragt, euch im Glanze gleichermaßen sonnt.

Ist das die Vision, in die ihr nun einzutreten wünscht?

(Sie sagen: „Das ist sie.“)

Ich gebe euch nun diese roten Rosen, Symbol für euer persönliches Verständnis von diesen irdischen Dingen; dafür, dass ihr beide wisst und euch darin einig seid, wie das Leben für jeden von euch in körperlicher Form und innerhalb der Struktur, die man Ehe nennt, sein wird.

Gebt einander nun diese Rosen als Symbol dafür, dass ihr diese Vereinbarungen und Übereinkünfte in Liebe *miteinander teilt*. Nehmt nun bitte jeder von euch diese weiße Rose. Sie ist ein Symbol für eure höheren und umfassenderen Einsichten und Vereinbarungen. Sie steht für die Reinheit eures wahren höchsten Selbst und für die Reinheit von Gottes Liebe, die auf euch jetzt und immer herabscheint.

Sie gibt Nancy eine weiße Rose mit Neals am Stiel befestigten Ring und Neal eine weiße Rose mit Nancys Ring.)

Welche Symbole bringt ihr zum Gedenken an die heute gegebenen und empfangenen Versprechen?

(Beide lösen die Ringe vom Stiel und geben sie der Geistlichen, die sie in der Hand hält, während sie sagt:)

Ein Kreis ist das Symbol für die Sonne und die Erde und das Universum. Es ist ein Symbol für Heiligkeit und Vollkommenheit und Friede. Er ist auch ein Symbol für die Ewigkeit von spiritueller Wahrheit, Liebe und Leben ... das, was ohne Anfang und Ende ist.

Und in diesem Moment erwählten ihn Neal und Nancy auch ein Symbol für Einheit, aber nicht Besitztum; für Verbindung, aber nicht Einschränkung; für Umfassung, aber nicht Einkerkung. Denn Liebe kann weder besessen noch eingeschränkt werden. Und die Seele kann nie eingekerkert werden.

Neal und Nancy, nehmt nun die beiden Ringe, die ihr einander geben wollt. *(Sie nehmen die Ringe.)*

Neal, sprich mir bitte nach: Ich, Neal ... bitte dich Nancy ... meine Partnerin, meine Geliebte, meine Freundin und meine Frau zu sein ... und ich verkünde und erkläre meine Absicht, dir meine tiefste Freundschaft und Liebe zu geben ... nicht nur in guten Momenten ... sondern auch in schlechten ... nicht nur, wenn du dich klar daran erinnerst, wer du bist ... sondern auch, wenn du es vergißt ... nicht nur, wenn du liebevoll handelst ... sondern auch, wenn du es nicht tust ... und ich verkünde weiterhin ... vor Gott und den hier Versammelten ... dass ich immer bestrebt sein werde, das Licht der Göttlichkeit in die zu sehen ... und immer bestrebt sein werde ... auch und *besonders* ... in jedweden Momenten der Dunkelheit, die da kommen mögen. Es ist meine Absicht, für immer mit dir zu sein ... in einer heiligen Partnerschaft der Seele ... damit wir Gottes Werk gemeinsam tun können, alles miteinander teilen, das gut in uns ist ... und mit all jenen, deren Leben wir berühren.

(Die Geistliche wendet sich an Nancy.)

Nancy, entscheidest du dich dazu, Neals Bitte, seine Frau zu sein, zu erhören?

(Sie antwortet: „Das tue ich.“)

Nancy, sprich mir nun bitte nach. Ich, Nancy ... bitte dich, Neal ... *(sie spricht dasselbe Gelübde.)*

(Die Geistliche wendet sich an Neal.)

Neal, entscheidest du dich, Nancys Bitte, Ihr Mann zu sein, zu erhören?

(Er antwortet: „Das tue ich.“)

Damit bitte ich euch beide, nehmt die Ringe, die ihr einander geben wollt, und sprecht mir nach: Mit diesem Ring ... vermähle ich mich mit dir ... ich nehmen nun den Ring, den du mir gibst ... *(sie tauschen die Ringe)* ... und stecke ihn an meine Hand *(sie streifen die Ringe über)* ... damit alle meine Liebe zu dir sehen und um sie wissen.
(Die Geistliche beschließt die Zeremonie.)

Ende des Textes

Das einzige, das mir an diesem Text fehlt, ist ein gemeinsames Bekenntnis zu Kindern. Wie soll eine Ehe funktionieren, wenn der eine sich Kinder wünscht, der andere aber nicht? Ich glaube ein Eheversprechen sollte auch den Kinderwunsch ausdrücklich ansprechen.

Und natürlich **muss der Text angepasst werden. Ich verstehe ihn hier nur als Muster für eine Zeremonie und ein Eheversprechen, keinesfalls als Kopiervorlage.**

Zurück zu mir und mein Lernen aus zwei „gescheiterten Ehen“: Meine erste Frau Renate und ich haben uns nur standesamtlich getraut, wir waren nicht mehr religiös und unsere Eltern waren traurig, aber nicht fordernd. Sie war schon in den ersten Monaten schwanger. Wir lebten schon in einer gemeinsamen Dachgeschosswohnung in Bochum-Werne mit drei Zimmern, Küche, Diele, Bad – das größte Zimmer war schon als „Kinderzimmer“ reserviert, jeder von uns hatte sein eigenes Zimmer; wir waren beide noch an der Uni Bochum und Dortmund. Als meine Frau ihre Schwangerschaft dann festgestellt hatte, war es keine Frage, dass wir uns auf das Kind freuten und ihre Schwangerschaft feierten. Es war eigentlich nur die Frage: Hausgeburt oder anthroposophische Kinderklinik in Witten-Herdecke. Wir entschieden uns für letzteres. Dort in Bochum lebten wir dann als Kleinfamilie vier Jahre zusammen, bevor meine Frau sich entschied, dem ganzen Stress und meinem Ehebruch zu entfliehen und in Südfrankreich mit einem Franzosen (dem Schafsbauern) eine neue Familie zu gründen. Es war keine Frage, dass Arne bei seiner Mutter blieb – und ich so zum „Ferien-Papa“ wurde.

Woran ist meine erste Ehe mit Renate gescheitert? Eigentlich hatten wir gute Voraussetzungen: Beide kamen wir uns einem katholischen Elternhaus, unsere Eltern begrüßten ihren jeweils ersten Enkel mit Freude und Liebe.

Wir waren beide Intellektuelle, verstanden uns gut und konnten gute Gespräche führen, jeder von uns hatte noch einen eigenen Freundeskreis und ein eigenes Auto. Unser Familien-Auto war ein Opel-Kadett. Ich war ein sehr engagierter Vater: Wir hatten sogar in Bochum eine Kindergruppe mit „Kinderladen“ (nach Berliner Vorbild) gegründet.

Das Gift der Familie war der Stress. Unsere Ehe litt immer mehr unter diesem Stress – bis meine Frau ausbrach, in eine Wohngemeinschaft in eine Nachbarstadt zog und nach einem gemeinsamen Zelt-Urlaub mit Freunden sich in den französischen Bauern verliebte, der uns den Platz zum Zelten vermietet hatte. Als der Urlaub zu Ende ging, bat sie mich, noch ein paar Tage in Frankreich zu bleiben und dann nachzukommen. Nach 14 Tagen kam sie alleine aus Frankreich zurück, packte ihre Sachen einschließlich unseren inzwischen vierjährigen Sohn und zog zu ihrem neuen Freund nach Frankreich „in ein stressfreies Leben“.

Wir hatten nie eine spirituelle Beziehung; soweit entwickelte sich unsere Ehe nicht. Wir steckten als jung Eltern ganz in der materialistischen Welt, jeder für sich brachte Geld in die Familienkasse ein (meine Frau war Assistentin am Germanistischen Institut in Bochum, ich hatte eine volle Lehreranstellung in Unna), zwei Autos. Die Möbel holten wir uns vom „Sperrmüll“, bei Ikea oder bastelten wir selbst. Das Finanzielle war knapp, aber nicht wirklich entscheidend. Wir konnten uns den einen und anderen (Zelt-) Urlaub in den Niederlanden leisten. Soweit war alles in Ordnung, wir konnten auch gut miteinander kommunizieren, Probleme ansprechen.

Ich war wohl der erste, der sich in der Ehe emotional nicht genügend genährt fühlte, war zunehmend emotional bedürftig. Wir hatten zwei Gruppen von Freunden: eine politische Gruppe und eine Kinder-Eltern-Gruppe. Ich verliebte mich reihenweise in Frauen aus diesen Gruppen, bei einer Frau Kerstin wurde es ernst: Ich behütete dann und wann ihre beiden Kinder, sie war geschieden und offenbarte mir irgendwann, nachdem Renate schon aus der Ehwohnung in eine andere Wohngemeinschaft ausgezogen war: „Jürgen, ich möchte noch Kinder von dir!“

Ich war (als Mann) eindeutig derjenige, der aus der emotional-körperlichen Basis unserer Ehe ausbrach. Irgendwann war es meiner Frau zu viel und sie zog in eine Nachbarstadt in eine befreundete Wohngemeinschaft. Damit lebten wir als Eheleute nicht mehr unter einem Dach, die Trennung hatte begonnen, noch bevor wir es richtig realisierten. Alles hatte noch den Nimbus einer „Auszeit“⁸⁵.

Meine zweite Frau Maria (10 Jahre jünger als ich) aus Schlesien (Mutter mit unehelicher Tochter „Susi“) war in Polen streng katholisch erzogen worden. Es kam neben der standesamtlichen Trauung nur eine katholische Trauung (in Weiß) in Frage. Dafür trat ich wieder in die katholische Kirche ein (auch dieser Akt erinnert mich an meinen Vater; der für die Heirat mit meiner Mutter zum Katholizismus konvertierte). Allein dieser Akt mit meiner zweiten Frau aber war heuchlerisch. Wir hatten schon den ersten Krach auf dem Weg zur Kirche, in der wir heiraten wollten.

85 Auszeiten kannst du vergessen: Alles Selbstbetrug. Es ist die erste Phase der Trennung.

Sie ging mit ihrer Tochter und der polnischen Familie in einer Gruppe in die katholische Kirche voraus, ich war als „Bräutigam“ mit meinen Freunden und Lehrerkollegen in einer anderen Traube dahinter. Ich dachte mir nichts dabei und hatte nur meine Freunde im Auge. Meine Frau kam auf dem Weg in die Kirche zurück auf mich zu und „machte mich an“, warum ich nicht an ihrer Seite sie zur Kirche begleite. Ich war ein wenig erschrocken wegen meiner Unachtsamkeit, folge aber gehorsam ihrer Bitte und „Anweisung“.

Diese kleine Geste war symptomatisch für unsere Ehe: Jeder hatte seinen eigenen Freundeskreis. Wir lebten mit den Schwiegereltern aus Polen unter einem Dach. Maria hatte in der Ehe eher „die Hosen an“. Ich gab als Mann immer nach. Irgendwann hatte ich mich in eine gemeinsame Bekannte verliebt, ihr einen „Liebesbrief“ geschrieben, den Maria in der Kopie in meinem Versteck aufgestöbert hatte und mich zur Rede gestellt: Feierabend. Sie war so verletzt, dass nichts mehr zu retten war. Zwischen der Frau, die selbst verheiratet war und zwei Kinder hatte, war nie wirklich etwas gelaufen. Sie war sexuell sehr attraktiv und wusste ihre Reize in Szene zu setzen. Ich war einfach ihr Freund, der mit ihrem („hyperaktiven“) Sohn gut klar kam und sie dabei unterstützte, ihren Sohn (als Indigo-Kind) verstehen zu lernen. Wir waren sogar gemeinsam zu einem spirituellen Retreat in Indien. Von ihrer Seite: Freundschaft pur! Sie machte mich als Frau eher „verrückt“. Sie war keine Intellektuelle, sondern führte die Handwerksfirma ihres Mannes im Büro, hatte alles im Griff, eine Alpha-Frau.

Beide Eheschließungen waren für mich nichts Heiliges. Ein befreundeter Mensch, der auch in Bochum heiratete, brachte unsere damalige Ehe-Stimmung auf den Punkt: „Ich heirate meine Steuerkarte!“ – also eine „Flachland-Entscheidung“, um Steuern zu sparen.

Die Chance zu einem dritten Ehe-Versuch bekam ich ein paar Jahre nach der Trennung von Maria⁸⁶ auch gleich.

Die dritte Ehe schien sich mit Brigitte anzubahnen. Wir hatten schon einen Termin beim Standesamt (ein Wasserschloß im Münsterland), Papiere schon eingereicht. Wenige Tage vor dem Termin sagte sie die Hochzeit ab. Sie wollte sich nicht mehr binden und hatte andere Pläne für sich selbst. Es gab eigentlich viele gute Vorzeichen: Wir wurden sogar auf der Straße beim Spaziergang angesprochen: „Sie sind aber ein schönes Paar!“ Sie war auch geschieden und hatte zwei erwachsene Söhne, mit denen ich mich gut verstand. Sie war eine spirituell reife Frau, von der ich noch einiges lernen konnte. Das merkwürdigste: Wir hatten eine „On-Off-Beziehung“, die Fetzen flogen nur so durch die Luft, wir „triggerten“ ständig, machten alle 14 Tage Schluss. Die Beziehung war für mich ein absolutes Minenfeld, wie ich es noch nie erlebt hatte. Ich will nicht sagen, dass meine beiden Ehen vorher harmonischer gewesen wären; es war eher eine Pseudoharmonie, Konflikte unter den Teppich gekehrt. Brigitte dagegen sprach jede Unstimmigkeit sofort an.

86 Ich war zum Schreiben eines Buches ganze neun Wochen in Schweden, bis das Manuskript fertig war. Maria hatte in der Zwischenzeit einen schlesischen „Lover“ angebaggert, mit dem sie sich auf Polnisch ohne Probleme verständigen konnte und der ihre sexuellen Wünsche besser befriedigen konnte als ich.

Irgendwann sagte sie mir, sie sei eine „Borderliner“, ein Begriff, mit dem ich nichts anfangen konnte. Sie hätte aber eine Therapie hinter sich und sei geheilt. Es war bei unsere Konflikten immer klar: derjenige, der nicht mehr alle Latten am Zaun hatte, war ich; sie war ja die nach Therapie geheilte. Sie hatte starke feministische Tendenzen, eine eigene Wohnung in einer Großstadt, etwa 120 km von Münster entfernt, wo ich inzwischen wohnte. Ich besuchte sie zum gemeinsamen Treffen, weil ich mit Auto mobiler war als sie. Nach etwa einem Jahr zog sie zu mir und vermietete ihre Wohnung. Gemeinsam unter einem Dach nahmen die Konflikte eher zu.

Ich gab zu, dass ich durch sie viel in „Beziehungsarbeit“ gelernt hätte, sie wollte mir ernsthaft eine Rechnung ausstellen, sah mich irgendwie als meine Therapeutin. Unser Sex war ganz gut, weil sie als Frau selbst immer wieder die Initiative ergriff. Doch regelmäßig warf sie mir vor, ich habe sie beim Sex missbraucht. Es machte bald keine Freude mehr. Kurz nach dem schönsten Sex meines Lebens kam der Hammer: „Du hast mich missbraucht!“ – Ich wusste nicht, wovon sie sprach, hatte sie doch die sexuelle Initiative selbst ergriffen.

Dies war die erste Beziehung in meinem Leben, bei dem das Thema „Missbrauch“ zentral war. Sie wollte mir unbedingt nachweisen, dass ich – wegen des Resonanz-Prinzips auch ein Missbrauchs-Thema hätte. Meine Mutter musste dafür herhalten, dass sie mich als Täterin emotional missbraucht hätte. Ich hatte mich nie in meinem Leben sexuell missbraucht gefühlt, wusste gar nicht, was ich mir darunter vorstellen sollte.

Als sie mir ihre Geschichte mit einem Nachbarn erzählte, musste ich vor Mitgefühl weinen. Sie wurde als kleines Mädchen von diesem Nachbarn regelmäßig gegen ihren Willen penetriert. Er war der einzige, der sie überhaupt beachtete, kleine Geschenke und schöne Worte bekam. Sie war als junges Mädchen so liebesbedürftig, dass sie alles mit sich geschehen ließ.

Mit Brigitte erlebte ich zum ersten Mal bewusst, dass eine Freundin von mir missbraucht wurde. Ich erinnerte mich an andere Erzählungen, so dass es mir schien, dass mindestens die Hälfte meiner Freundinnen übergriffige Erfahrungen hatten. Es war schon merkwürdig: Es war die intensivste sexuelle Beziehung in meinem Leben, ich dankte Gott, dass ich das noch erleben durfte. Andererseits – der ständige Missbrauchsvorwurf „aus heiterem Himmel“. Ich verstand die Welt nicht mehr!

Das Ende der Beziehung war, dass sie zu spirituellen Stätten nach England wollte (Glastonbury). Ich fuhr sie noch zum Flughafen und war heilfroh, dass sich diese Beziehung noch recht friedlich von selbst aufgelöst hatte. Ich weinte ihr keine Träne nach – wie man so sagt. Unter dem Strich war es eine heftige Beziehungs-Lektion in meinem Leben.

Eat, Pray, Love: das Jawort

Und dann kam 2010 der Film ins Kino: „Eat, Pray, Love“ mit Julia Roberts in der Hauptrolle⁸⁷. Eine Amerikanerin, Elizabeth Gilbert, flieht vor den Schmerzen einer Scheidung für eine einjährige Auszeit in die Welt, um sich selbst wieder zu finden und als Frau neu zu erfahren.

Der Film ist an den eigenen Erfahrungen der Autorin Elizabeth („Liz“) Gilbert angelehnt. Sie besucht Italien („Eat“), Indien („Pray“) und Bali/Indonesien („Love“), jeweils für vier Monate. Sie verliebt sich in Bali nach ihrem Genuss in Italien und ihrer seelischen Reinigung in Indien in Felipe, einem brasilianischen Australier auf Bali. Obwohl beide sehr verliebt sind und sich ewige Treue schwören, wehren sich beide gegen eine Heirat, weil beide schlechte Erfahrungen mit der Ehe gemacht haben.

Nach einem Jahr kommt Liz von ihrer Auszeit zurück nach Amerika und setzte alles in Bewegung, dass Felipe für ein gemeinsames Leben nachkommen konnte, was durch amerikanische Einwanderungsgesetze nicht so einfach möglich war. Sie hatten nur eine Chance für Amerika, wenn beide verheiratet sind. Liz ringt mit sich – und schreibt ein Buch „Das Ja-Wort. Wie ich meinen Frieden mit der Ehe machte“ (Berlin 2010). Das Buch erzählt die Geschichte von Liz und Felipe weiter als der Film selbst – im Grunde bis zum Happy End der Heirat in Amerika und der Niederlassungsbewilligung von Felipe in den USA.

87 Ich habe den Film heute noch als DVD und habe ihn mir beim Schreiben des Buch-Manuskripts noch einmal angesehen.

Das Buch ist eine sehr ausführliche und durchaus kritische Reflexion der Autorin mit der Institution der Ehe. Sie wollte Filipe erst heiraten, nachdem sie mit der Institution Ehe Frieden geschlossen hatte. Sie reflektiert „Ehe und ...“ die einzelnen Kapitel:

- Überraschungen
- Erwartungen
- Geschichte
- Verliebtheit
- Frauen
- Autonomie
- Subversion
- Zeremoniell

Beides, Film und Buch, haben sicher viele Menschen wie mich weltweit veranlasst, das Thema Ehe neu zu überdenken.

Das Motto im Buch:

Es gibt kein größeres Wagnis als eine Ehe.

*Doch niemand ist glücklicher als
einen glückliches Ehepaar.“ (S. 7)*

Es lohnt sich nicht nur den Film sich anzusehen, sondern auch das Buch zu studieren, wenn wir uns auf eine feste Beziehung als Ehe oder etwas „Eheähnliches “ einlassen wollen. Im Nachwort („Danksagung“ ab S. 345) schreibt die Autorin:

„Dieses Buch ist ein Sachbuch. ... Ich bin keine akademische Fachwissensachafterin, weder Soziologie noch Psychologie noch Eheexpertin.“

Sie hat den persönlichen Einzelfall so präzise und für jeden nachvollziehbar mit persönlicher Note seziert, wie es kein Sachbuch hätte besser machen können. Der Lohn: der weltweit bekannt gewordene Film mit Julia Roberts und das Buch als Bestseller.

Ich würde die **Essenz von Buch und Film** so sehen:

- Genieße dein Leben! (Italien – Eat)
- Lebe spirituell! (Indien – Pray)
- Finde deinen Seelengefährten⁸⁸! (Bali – Love)
- und setze alles in Bewegung, dass eure Liebe gegen alle gesellschaftlichen Widerstände eine lebenswerte Chance bekommt

Was bleibt für mich als Lerngewinn für eine „bedingungslose Liebe“?

Mein aktueller Stand, was ich anders machen würde: Wir sollten noch in der ersten Phase die Beziehung aus der Hypnose der Verliebtheit in eine wirkliche Freundschaft überführen. Und dazu gehören Gespräche über eine gemeinsame Vision:

88 Ich möchte den Begriff „Seelengefährte“ von „Dualseele“ abgrenzen: Ich denke, in echten Liebesbeziehungen treffen sich immer Seelengefährten, die eine viel tiefere Absprache „im Himmel“ geschlossen haben, als dies ein weltliches Ehegelübde zum Ausdruck bringen könnte. Die Vorstellung, seine „Dualseele“ zu treffen, kann in die Irre führen. Die Dualseele muss kein Liebespartner sein. Es ist eher wahrscheinlich, dass die Dualseele einer Frau ihr erstgeborener Sohn ist. Bedenke auch, dass die Dualseele nicht unbedingt in jeder Inkarnation in deinem Leben in Erscheinung treten muss. Was wäre, wenn du deine Dualseele erst in 500 Jahren in deiner übernächsten Inkarnation wieder treffen wirst? ...

Können wir uns vorstellen, noch als alte Menschen zusammen zu leben? Wo würden wir leben? Hätten wir Kinder, Enkel? Wer wäre unser gemeinsamer Freundeskreis?

Also: **gemeinsam eine Paar-Vision entwickeln, die für beide stimmig ist.** Lehnen wir eine Heirat prinzipiell beide ab, oder könnten wir uns mit der Ehe-Zeremonie von Neal und Nancy Walsch anfreunden? Es gibt eine Menge blöder wie auch guter Liebesfilme; Können wir sie uns (auf DVD) gemeinsam ansehen und offen über sie sprechen: Was gefällt dir daran, was nicht? Könnten wir ein gemeinsame Filmrezension erstellen?

Nehmen wir mit dem Verblassen der illusorischen Verliebtheit schon **eine Seelenverbindung zwischen uns** wahr? Gibt es schon ein kleines Pflänzchen eines gemeinsamen **WIR, eine Beziehungs-Seele** als „Dritte Sache“ wahr? Können wir eine regelmäßige WIR-Zeit als Quality-Time einrichten: unsere heilige Paarzeit, die nur für das Wachsen unseres WIR reserviert ist. Das Hauptthema ist immer:

Was würde (unsere) Liebe, unser WIR, jetzt tun?

Teil III

Der Praxis-Weg des DAO in der Liebe

(1) Meditation

(2) Astrologie

(3) Qigong / Tai Chi

(4) Feng Shui

(5) Tantra

Begrifflichkeit

Alleine der Titel des dritten Teils macht schon die Problematik von Wort und Sprache deutlich: „Der Praxis-Weg des DAO der Liebe“: Streng genommen impliziert der Begriff DAO in seiner Tiefe verstanden schon Praxis und Weg und Liebe; der Titel ist quasi ein „weißer Schimmel“.

Vorweg, um keine Missverständnisse aufkommen zu lassen: Bei diesen **fünf Seelen-Bereiche der Liebe** (Meditation bis Tantra) geht es nicht um die Reinheit der chinesischen Lehre: Wir dürfen „eklektizistisch“ sein! Wir müssen uns unter der Dimension **Astrologie** nicht der chinesischen Astrologie zuwenden. Wichtig ist nur, dass wir überhaupt ein astrologisches System nutzen und uns mit dem Himmelsgewölbe verbinden, uns als „Kinder von Vater Himmel“ verstehen.

Qigong und Tai Chi: Es geht allgemein um achtsame Bewegung! Meine „Achtsamkeits-Übungen“ waren jahrelang die „Fünf Tibeter“. **Yoga** ist auch mehr als nur systematische Körperdehnung. Yoga ist eine Lebensweise, die auch Ernährung einschließen kann. Selbst ein Vegetarismus kann als Yoga verstanden werden. Bei der „**Kundalini**“ geht es allgemein um Lebensenergie (Chi), den Aufbau der Energie-Polarität und das freie Fließen der Energie der Chakren/Chakras – von den Füßen über die Kundalini bis zum Scheitel. Wir sind als Menschen die leibhaftige Verbindung von Mutter Erde und Vater Himmel in den Dimensionen Körper – Geist – Seele.

Das **Feng Shui** lehrt, unsere Lebensräume energieaufbauend zu gestalten. Ich hatte einen Zimmerbrunnen. Das Plätschern des Wassers war nicht nur sehr entspannend, sondern das Wasser hat auch die Raumluft gesäubert. Mein Zimmerbrunnen ging nach einem Umzug leider verloren. Statt des Zimmerbrunnens habe ich heute den HUMIO⁸⁹ als Wassersprüher und Luftreiniger. **Tantra** ist die hohe Schule des Wachsens als Paars und darf auch nicht als „Sexspielchen“ für Erwachsene verstanden werden. Ich habe westliche TANTRA-Seminare besucht, die nichts mehr mit der spirituellen Tiefe des tibetanischen Tantra zu tun hatten.

Die Seelen-Übungen aus dem Osten können unter westlicher Brille völlig falsch verstanden werden. Auffällig allerdings ist es, dass die meisten dieser „Übungen“ überhaupt aus dem Osten kommen: China, Tibet oder Indien. Viele Menschen (vor allem Frauen⁹⁰) aus dem Westen haben diese östliche Philosophie und Praxis gierig – wie seelisch verhungert – aufgenommen. Ich erinnere mich noch daran, dass bei der Lehre der Meditation wie die TM (= „Transzendente Meditation“) der Westen aufgeschrien hat: teuflische Technik aus dem Osten, um uns zu manipulieren!

89 HUMIO – eine kurze Recherche im Internet ergab, dass das Gerät heute wohl nicht mehr käuflich erwerbbar ist. Aus eigener Erfahrung weiß ich, dass das Gerät nur mit destilliertem Wasser funktionsfähig bleibt. Durch verkalktes Leitungswasser (wie in der Schweiz sehr stark) verkalkt die Mechanik schnell und der HUMIO wird unbrauchbar. Ich habe kein Problem, weil ich seit Jahren mein Leitungswasser destilliere.

90 Eine Begleiterscheinung der Frauenbewegung: Was sehen wir, wenn wir Yoga-Übende sehen?! Nur Frauen im engen Yoga-Outfit.

Heute, ein halbes Jahrhundert später, ist Meditation ein integraler Bestandteil für ein bewusstes Leben (lies: Bewusstseins-Erweiterung). Keine VHS⁹¹ mehr, die nicht Meditations-Seminare anbietet. Gott sei Dank! Heute können wir den Wandel der Zeit in einer Inkarnation „hautnah“ verfolgen. Heute passiert in einer Generation mehr als früher in fünf Inkarnationen eines Menschen zusammengekommen.

Doch der Westen hat seinen Preis dafür bezahlt, dass „wir“ unsere Seele verraten haben! Goethe hat schon mit dem FAUST eine schöne und klassische Tragödie geschrieben, wie ein junges Mädchen, Greta, ihre Seele an Mephisto, dem Teufel, verkauft.

Was meine ich mit „Verrat an der Seele“? ARISOTELES war der griechische Philosoph, der die Seele von einer mystischen Dimension zu einem „Apparat“ (wie bei Freud) umgedeutet hat. Sein zentrales Werk „Über die Seele“ (lat.: De Anima) wendet sich bewusst von der Seelenlehre des Pythagoras ab (ohne ihn zu benennen⁹²) und plädierte für eine rein wissenschaftliche Betrachtung der Seele. So wurde Aristoteles zum „Urvater der materialistischen, entseelten Wissenschaft“. Aristoteles ist im Westen der eigentliche Verräter an der mystischen Seele und hat für die „Instrumentalisierung der Seele“ plädiert.

91 VHS = Volkshochschule

92 Eine typische Manipulations-Methode: Man kritisiert nicht den Hauptvertreter, sondern die Theorie, ohne dessen Namen zu benennen. Pythagoras war zur Zeit des Aristoteles noch sehr populär. Ich denke, eine Aristoteles-Schrift hätte unter dem Titel „Anti-Pythagoras“ keine Chance gehabt. Ein Titel „Über die Seele“ ist da subversiver.

Ihm haben wir als „Urvater“ **die seelenlose Wissenschaft des Westens** zu verdanken. Der Osten war nicht so sehr am LOGOS (Aristoteles war auch der Begründer der LOGIK) interessiert, sondern war offen für Polaritäten (YIN-YANG) und das Wachstum der Seele (ATMAN). Diese fundamentale philosophische Spaltung von OST und WEST ist heute noch erlebbar⁹³, nicht überwunden. Wir sind gerade dabei, Brücken zu bauen, unsere Begriffe und Sprache in Ost und West zu vereinigen.⁹⁴

93 Ich glaube, dass China diese aktuelle Spaltung überwindet – ein Grund für seine wachsende philosophisch-industrielle Vormachtstellung in der Welt.

94 Dazu gehört das Werk von Ken Wilber „Das Atman-Projekt“. Er interpretiert die Schöpfung unter dem indischen Sanskrit-Begriff „Atman“, was „Welten-seele“ bedeutet.

Vier kulturelle Zentren der Menschheit

Ich erkenne vier kulturelle Zentren mit ihrer unterschiedlichen Weltanschauung:

Asien (China / Indien / Persien):

Das Dao (Ying-Yang) und I GING / Meditation

(Süd-) Amerika:

Das Enneagramm und der Maya-Kalender

Europa:

Die Dialektik und die Wissenschaft

Afrika (Ägypten):

von Lucy bis Kleopatra

Afrika ist der „dunkle“ Kontinent. In der heutigen Zeit bedeutet „dunkel“ in der Theorie nicht schwarzhäutig, sondern eher „unbekannt“. Wenn wir von „dunkler Energie“ sprechen, so bedeutet das nur: Es muss hier eine Energie existieren (deren Wirkung wir nachweisen können), wir haben aber keinen blassen Schimmer, wie wir sie beschreiben können. Sie könnte 70% des Universums ausmachen!

Vielleicht ist Ägypten die Krone Afrikas. Afrika repräsentiert aber auch mit seinen vielen „primitiven“ Stämmen die Urzeit der Menschheit. Waren „Adam und Eva“ vielleicht Afrikaner? Ist der Geburtskontinent der Menschheit Afrika⁹⁵? Ist LUCY von mehr als 3 Millionen Jahren als erster Hominoide, unsere biblische EVA? Und Kleopatra die schönste und verführerischste Frau und Königin der Antike?

95 Kurzer Hinweis: An anderer Stelle habe ich Persien als Ursprung der menschlichen Zivilisation dargestellt; wohlgemerkt: der ZIVILISATION mit dem Bau von Tempeln und Städten! Das ursprüngliche Afrika hatte Hütten für die Menschen einerseits und Pyramiden für die Götter andererseits.

Wenn man nun ein Bild von LUCY und Kleopatra nebeneinander legt, kann man sich vorstellen, wie der Mensch/die Frau sich in der Anthropogenese über die Jahrtausende entwickelt hat. Das ist schon sehr heftig und eindrucksvoll!

Sind wir heutigen Menschen am Ende der Fahnenstange der Menschheits-Entwicklung schon angelangt? Haben wir auch nur annähernd eine Ahnung, wie diese Entwicklung in den nächsten Tausenden von Jahren weitergehen könnte? So wenig LUCY von der Schönheit Kleopatras auch nur hätte träumen können, so wenig können wir uns ein Bild des künftigen Menschen – im Sinne eines göttlichen Menschen – machen. In JESUS Christus haben wir eine Ahnung: „Ihr werdet Großes tun wie ich und Größeres als ich.“ Das göttliche Gebot: „Du sollst dir kein Bild machen!“ – ist sehr tiefsinnig. Andererseits ist Imagination der erste Schritt der Manifestation; ein Beispiel dafür, dass wir mit solchen Paradoxa unserer Sprache umgehen müssen: **kein Bild Gottes (wir können es nur verfehlen)⁹⁶, aber eine Imagination für unsere eigenen Schöpfung.**

Die Spatzen pfeifen es schon von den Dächern: Wir leben in einer einmaligen Zeit der Menschheitsgeschichte, einer „Wendezeit“, der „Halbzeit der Evolution“. **Wir formieren uns in der heutigen Zeit offensichtlich zu einer einheitlichen Menschheitsfamilie.**

96 Der erste Vers des DAO lautet: „Das gesprochene Dao ist nicht das wirkliche Dao.“ Wir würden sagen: Das Bezeichnende ist nicht das Bezeichnete, einfacher noch: Das Wort HAUS ist kein Haus, sondern nur ein Wort.

Peter Russell („Die erwachende Erde. Unser nächster Evolutions-sprung“) interpretiert das Internet als das „globale Gehirn der Menschheit“. Das ist doch eine schöne Vision! Wir befinden uns weltweit aber noch in der **Chaos-Phase vor der Transformation** (früher: Quantensprung). Vor dem Quantensprung kommt das Chaos. In diesem Prozess (der noch Hunderte von Jahren dauern kann), beginnen wir unsere zentralen Kulturen zu vergleichen und zu „vereinheitlichen“. **Wir leben in einer Epoche der globalen Integration⁹⁷, die kein Stein auf dem anderen lässt.** „Im Niederreißen liegt der Aufbau.“ (Mao)

Es ist für mich aber – ehrlich gesagt – eine schier übermenschliche Aufgabe, beim Thema der Liebe diese Kulturen global zu integrieren. Mir ist **das DAO die sympathischste, (relativ) vertrauteste und facettenreiche Philosophie, die wir integrativ interpretieren können.** Also trägt der dritte Teil des Buches den Titel „Der Praxis-Weg des DAO der Liebe“.

97 Der führende Philosoph dieser Übergangs-Epoche ist in meinen Augen: Ken Wilber und seine „integrale Spiritualität“ (siehe Literaturverzeichnis)

Vier Ebenen der Beziehung: der Tanz des WIR

Eine Paar-Beziehung hat eine allgemeine Struktur und Dynamik, die als Schema für die Führung der Beziehung hilfreich sein kann. Hier erst die allgemeine Tabelle, die ich sofort erläutern werde:

- Körperliche Ebene: Sex (Mann): anziehend – eindringend
anmachend – aufreißend
- Emotionale Ebene: Liebe (Frau): bindend - loslassend
- Geistige Ebene: Kommunikation (Mann): rational - irrational
- intuitiv
- Spirituelle Ebene: Seelen-Partnerschaft (Frau): Sein - Werden

Eine Beziehung hat objektiv immer vier Ebenen, ob die Partner sich dessen bewusst sind oder nicht: eine körperliche, emotionale, geistige und eine spirituelle Ebene. Die vier Ebenen können wir unter je eine „Überschrift“, ein Thema bringen: Sex, Liebe, Kommunikation, Seelenpartnerschaft. Wenn die Partnerschaft keine spirituelle Ebene hat, dann ist sie seelisch taub – keine Seelen-Beziehung; wahrscheinlich übertrieben körperlich fixiert. Es ist wichtig, dass alle vier Ebenen bewusst präsent und ausgeglichen sind. Mehr noch: **Jede dieser vier Ebenen steht unter einer Führerschaft.** Das Weibliche führt die emotionale und spirituelle Ebene, das Männliche führt die körperliche und geistige Ebene. Beispiel: Das Weibliche ist anziehend (anmachend), das Männliche ist eindringlich (aufreißerisch). Für das Funktionieren der Beziehung ist es entscheidend, dass sowohl die Frau wie auch der Mann in einer Ebene führen, wie auch sich vom anderen führen lassen können.

Liebe ist keine Therapie, aber ein gegenseitiges Liebes-Coaching, die Schwächen des anderen kennend, die eigenen Stärken einbringend. In der Liebe sind wir uns Komplizen eines mystischen „Geheimbundes“ (einer Mysterienschule zu Zweit), um uns gegenseitig und als Paar weiter zu entwickeln. Es ist wie ein Tellerjongleur, der Teller gleichzeitig an zehn schwingenden Stäben zum Laufen bringt und in der Luft hält. Da, wo das Weibliche führt, führt die Frau in Kooperation mit der inneren Frau des Mannes. Da, wo das Männliche führt, führt der Mann in Kooperation mit dem inneren Mann der Frau.

Wenn wir **die Liebe der Zweierbeziehung als heiligen Bund zur gegenseitigen Heilung** verstehen wollen, so erkenne ich fünf Dimensionen:

- Wir helfen uns gegenseitig, zu unserem **wahren SELBST** zu finden und zu erwachen.
- Wir kommunizieren mit der **inneren Frau und dem inneren Mann** im anderen und stärken Animus und Anima.
- Wir erkennen eine **karmische Verbindung** mit einem Seelenplan der Dual-Seele.
- Wir lassen uns ganz der Spannung zwischen **Seelen-Plan und der Spontaneität des Augenblicks** hingeben.
- Wir entwickeln gemeinsam ein **WIR-Bewusstsein und und eine WIR-Seele**.

Acht Stadien der Paar-Entwicklung (nach Chuck Spezzano)

Gleich vorweg: Jedes Schema hat Vor- und Nachteile. Ein Schema kann helfen, das Chaos in den Erfahrungen sinnvoll zu ordnen. Ein Schema darf aber nicht dazu verleiten, sie als eine dogmatischen Leitfaden zu gebrauchen und nur noch nach „Schema F“ zu leben. Schemata sind Interpretations-Hilfen, aber keine Lebens-Vorschriften⁹⁸!

1. Das Stadium der Verliebtheit

In diesem ersten Beziehungsstadium haben wir uns gerade erst verliebt. Die Unterschiede sind aufregend. Der geliebte Mensch inspiriert, ja bezaubert uns. Diese magische Verbindung in ihrer Unerklärlichkeit deutet an, dass da etwas Karmisches vor sich geht: Kennen wir uns vielleicht schon aus früheren Leben? Aber Achtung: Das muss nicht heißen, dass wir im früheren Leben ein Liebespaar waren. Die Frau könnte Mutter und der Mann Sohn gewesen sein. Oder: Die Frau könnte Vater und der Mann könnte Tochter gewesen sein. Oder: Beide könnten Geschwister gewesen sein. ALLES an karmisch vergangenen Beziehungs-Arten ist möglich!

98 Ich denke, vor dem Stadium der Verliebtheit liegt das Stadium des Alleinseins, was Chuck Spezzano nicht benennt. Dieses „Vorspiel“ des Alleinseins ist eine wichtige Übung für eine gesunde Paarbeziehung. In dieser Phase können wir die Selbst-Liebe und Gottesliebe unabhängig von einem DU lernen.

Die Heftigkeit der Verliebtheit hat schon griechische Philosophen nach Erklärungen suchen lassen. Wir kennen heute ihre Erklärung in den Worten „Dualseele“ oder „Zwillingsseele“: Das Bild ist, dass die Menschen früher „Kugelwesen“ waren, die schmerzhaft in ZWEI getrennt wurden und sich jetzt über alle Inkarnationen wieder suchen, um sich wiederzuvereinigen. Die Falle dieser Vorstellung ist, dass wir ewig auf der Suche nach DEM EINEN / DER EINEN sind. Manche nennen dies als Beziehungskrankheit: „ONEitis“.

Ich habe in meinem Leben 20 Frauenbeziehungen gehabt. Kriterium für die „Liste“: ein erster Kuss. Uns nie geküsst zu haben, ist ein Ausschlusskriterium. Als ich diese „Liste“ einmal „durchgegangen“ bin, ist mir aufgefallen, dass jede Frau irgendetwas anderes in mir zum Schwingen und zur Reife gebracht hat. Meine Entwicklung als Mann habe ich sogar mehr als 20 Frauen zu verdanken. In der Liste sind natürlich meine Mutter und meine Schwester nicht genannt, die mich aber mit ihrer weiblichen Energie auch massiv beeinflusst haben (die Schule der Frauen). Ich hatte auch intensive freundschaftliche Beziehungen, die nie körperlich waren – auch sie sind nicht in der Liste.

2. Das Stadium des Machtkampfes

In der zweiten Beziehungsphase, dem Stadium des Machtkampfes, geht es um die Unterschiede zwischen uns und unserem Partner. Das andere, das wir anfangs aufregend fanden, wird nun zum Gegenstand von Streitigkeiten.

Dann schlagen wir in den betroffenen Bereichen eine Brücke, die das Beste aus dem Ansatz beider in sich vereint:

- **das Schattenthema** (verborgene Schatten-Anteile zeigen sich)
- **das Unabhängigkeits-Abhängigkeits-Thema** (das Aus-schwingen von Nähe und Distanz)
- **das Positiv-Negativ-Thema** (die Polarität der Beziehung zwingt uns, das Positive und Negative einzunehmen)⁹⁹

Ich will noch drei polare Themen benennen, die Spezzano nicht genannt hat, mir aber wichtig zu sein scheinen:

- **das Wilde und das Heilige** (die wilde Frau und der wilde Mann, die heilige Frau und der heilige Mann)
- **das Seelische und das Geistige** (Frau und Mann haben beide eine seelische und eine geistige Seite; wenn Mann und Frau zu einem WIR zusammen wachsen, wird die Frau das Seelische und der Mann das Geistige des WIR verkörpern)
- **das Junge und das Alte** (Es ist nicht selbstverständlich, dass Mann und Frau gleich alt sind; ein gewisser Altersunterschied kann möglich sein und muss bewusst genutzt werden, um der Beziehung eine gewisse Würze zu geben.

99 Ich hatte eine Freundin, die sehr positiv eingestellt war. Nun war ich aber auch ein „positives Kerlchen“. Unsere Beziehung entwickelte sich so, dass ich immer mehr den positiven Part übernahm, sie immer mehr die „negative Rolle“ übernehmen musste. Als ich sie einmal fragte „Warum bist du immer so negativ?“ (dämliche Frage!), beendete sie die Beziehung umgehend.

Ich denke, diese sechs Polaritäten prägen die Zweierbeziehung in dieser Phase und zeigen, wie fragil die Beziehung ist. Das ist ein Tanz, der gleichzeitig Walzer, Tango, Steptanz, Flamenco, Cha-Cha-Cha und Blues ist, mit einem Wort: CHAOS. Sam Keen benennt **16 Schlüssel-Elemente**, um durch „das Chaos der Liebe“ (sein Buchtitel) zu navigieren:

- **Aufmerksamkeit:** Wahrnehmen und Konzentrieren
- **Verlangen:** Erotische Anziehung
- **Wissen:** Achtsame Liebe
- **Sinnlichkeit:** mit allen Sinnen in Berührung kommen
- **Empathie:** die liebende Vorstellungskraft
- **Mitgefühl:** Empfänglichkeit für Verletzlichkeit und Schmerz des anderen
- **Freude:** Empfänglichkeit für die Lust
- **Fürsorge:** Verantwortungsbewusstes Handeln
- **Geschichtenerzählen:** die liebevolle Erzählung
- **Bereuen:** Vergebung und Erneuerung
- **Selbstliebe:** einsames Verbundensein
- **Bindung:** Bereitschaft zur verpflichtenden Liebe
- **Mitschöpfung:** Fruchtbarkeit und Erfüllung von Projekten
- **Anbetung:** staunende und ehrfürchtige Liebe
- **Sexualität:** fleischliche Liebe
- **Verzauberung:** Desillusion und Erneuerung

Ein Kaleidoskop der Liebe!

3. Die tote Zone (Erstarrungs-Stadium)

Die tote Zone ist die dritte Beziehungsphase. M. Scott Peck nennt diese Zone LEERE¹⁰⁰. Nachdem wir im Stadium des Machtkampfes viele Unterschiede transformiert haben, sind nun Schwierigkeiten, die Verschmelzung und die Aufopferung an der Reihe, die von Familienrollen, der Ödipusverschwörung, Konkurrenzdenken und der Angst vor dem nächsten Schritt herrühren. In diesem Stadium lernen wir durch die verbindliche Entscheidung für die Beziehung, wer wir sind und wie wir uns und andere wertschätzen können.

- das Rollen-Regeln-Pflicht-Thema (Wir definieren unsere Rollen, ohne sie zu Masken erstarren zu lassen)
- das ödipale Thema (Heilung von Vater- und Mutter-Wunden)
- das Konkurrenz-Thema (Wer hat die Hosen an?)
- das „Angst vor dem nächsten Schritt“-Thema (Heiraten?)
- das Fels- und Sumpf-Thema (Bist du mein Felsen oder mein Moor, in dem ich versinke?)
- das Thema von Krankheit und Vernachlässigung (das WIR, die Beziehung entwickelt selbst eine „Schattenseite“)

100 In seinem Buch „Gemeinschaftsbildung. Der Weg zu einer authentischen Gemeinschaft“ (was die Zweierbeziehung ja auch sein sollte) sieht der Autor vier Hauptphasen: 1. Pseudogemeinschaft, 2. Chaos, 3. Leere, 4. authentische Gemeinschaft. Ich denke, auch dieses noch gröbere Schema ist auf die Stadien der Liebe anzuwenden. Verliebtheit würde der Autor als PSEUDO einstufen, dann folgt das CHAOS der Liebe, also der Machtkampf, das Platzen der Illusionen. Es folgt die heikle Phase LEERE: erstarrt die Beziehung in der LEERE, oder kann sie sich in die nächste Stufe befreien: in die authentische Partnerschaft?

4. Das Stadium der Partnerschaft

Wenn wir diese typischen Themen und Herausforderung einer Partnerschaft gemeistert haben, haben wir uns verbindlich für die Beziehung zu unserem Partner entschieden. Wir selbst, unser Leben und unser Verhältnis zum anderen sind im Gleichgewicht. **Dies ist die Zeit der ersten Ernte und der Freude.** Wir genießen Erfolg und Nähe innerhalb unserer Beziehung, und das bringt auch unser Leben erfolgreich in Fluss. Wohlgermerkt: **Erst in diesem Stadium – nachdem typische Konflikte gemeistert sind – beginnt die eigentliche Partnerschaft.** Die meisten Paare erreichen diese Phase erst gar nicht.

5. Das Stadium der Führerschaft

Im Stadium der Führerschaft übernehmen sowohl wir als Paar eine Führungsrolle im Leben: Die Beziehung entwickelt auch Vorbildfunktion für andere. Wir haben aber auch die unterschiedlichen Führungsrollen in der eigenen Beziehung geklärt und gefestigt und sind in **der Lage, andere Paare zu führen.** Wir inspiriert andere, geben ihnen Hoffnung und die „Erlaubnis“, ebenfalls glückliche respektive „erfolgreiche“ Beziehungen zu führen. Vielleicht organisieren wir als Paar **Partnerschafts-Seminare, um andere Paare an unseren Erkenntnissen teilhaben zu lassen und Partnerschaft zu trainieren.**

6. Das Stadium der Visionen

In diesem Stadium haben sich beide Paare zu Visionären entwickelt und leisten neue und originelle **Beiträge zur „Verbesserung der Welt“**. Ihre Beziehung schenkt den Menschen in ihrer Umgebung Kreativität und eine Vision und zeigt ihnen einen besseren Weg. Wir leben in einer kreativen, liebevollen Beziehung, in der die Beziehung selbst ein Tor zu noch größerer Liebe ist.

7. Das Stadium der Meisterschaft

Nun haben nicht nur die beiden Partner Meisterschaft erlangt. Auch die Beziehung ist zu einem lebendigen Schatz geworden. Viele Mauern zwischen uns und unserem Partner sind verschwunden, und an ihrer Stelle gibt es nur Liebe und Sein im „PurPur“ (pure Liebe, pures Sein). Unsere Beziehung bietet uns und den Menschen in unserer Umgebung die Möglichkeit, Freude, Wunder und Sein Wirklichkeit werden zu lassen.

8. Das Stadium des Tantra und der Einheit

Wichtig: Chuck Speziano interpretiert dieses Stadium als **höchstes Entwicklungsstadium der Liebespartnerschaft**. Auch an dieser Stelle wird deutlich, wie östliche Weisheit im Westen missverstanden werden kann.

Tantra-Workshops sprossen wie (Gift-) Pilze aus dem Boden (Ich weiß, wovon ich spreche.): der scheinbare sexuelle Highway zur vollkommenen Partnerschaft. Die Enttäuschung kam dann postwendend: statt erfüllendes Tantra im Sinne der „sexuellen Revolution“ nur erbitterter Krampf der Emotionen. Alles schön und gut, doch wir können als Paar notwendige Entwicklungsschritte nicht überspringen! Das Tantra kommt am Ende, ist der HÖHEPUNKT einer erfolgreichen Paarbeziehung und - Entwicklung auf allen vier Ebenen.

Um die Liebe kämpfen? – Ja, aber anders!

Ich hatte eine Partnerin (Kerstin), ein Typ „Kriegerin“, die das Kämpfen um die Liebe wohl falsch verstanden hat¹⁰¹. Zwischen unseren Heimatadressen lagen ca. 100 km, ein Weg über die Autobahn, eine „Fernbeziehung“. Sie war verheiratet und hatte zwei Kinder. Ich war verheiratet und hatte einen Sohn. Sie lebte als Mutter alleinstehend und mit ihrem Mann bereits in Trennung. Meine Frau Renate hatte unsere Ehe-Wohnung auch schon verlassen und lebte in einer Wohngemeinschaft in der Nachbarstadt (für mich: „sturmfreie Bude!“). Meine Frau und Kerstin waren sogar Freundinnen!

Wenn Kerstin ihre Kinder (Marten und Marret, damals vielleicht 6 und 4 Jahre) allein lassen musste, engagierte sie mich als Kinderbetreuer, was ich gerne tat. Ich kam bei ihren Kindern gut an. Kerstin sagte mir einmal: „Jürgen, ich möchte noch Kinder mit dir!“ Ich nahm dies als metaphorische Liebeserklärung wahr, nicht aber als einen ernsthaften Plan von ihr. Doch sie wusste um ihren Plan zu kämpfen! Es kam auch zum Sex zwischen uns, sie verführte mich, ich war macht- und hilflos, wie ich es noch nie als Mann erlebt hatte. Ich fragte sie nach Verhütung. Sie antwortete: „Ich habe alles im Griff, mach dir keine Gedanken.“ In Wirklichkeit war es so, dass sie nicht verhütet hat, weil sie von mir schwanger werden wollte. Und ihr Plan funktionierte umgehend.

101 Ich sollte erwähnen, das ihr Mädchennamen Schröder war; und sie hatte Einfluss darauf, dass mein Sohn Arne heißt, auch ein nordischer Name. Ihre eigenen Kinder hießen Marten und Marret. Sie war eine „Plattdutsche“.

Auch ich lebte bereits allein in der ehemaligen Ehe-Wohnung. Mehr als einmal klingelte es bei mir nachts Sturm (etwa 2 Uhr). Es klingelte so lange, bis ich wach war und die Tür öffnete. Sie hatte sich das Recht heraus genommen, mich jederzeit zu besuchen. Und irgendwann offenbarte sie mir tatsächlich: „Jürgen, ich bin von dir schwanger!“ Ich war total schockiert – tagelang einer Depression nahe. Ich war noch gar nicht geschieden – und dann von einer anderen Frau wieder Vater??!! Selten in meinem Leben war ich dermaßen verwirrt und unter Druck (lies: De-Pression).

Ich fühlte mich von Kerstin total überfahren und manipuliert. Sie war von meiner depressiven Reaktion völlig überrascht, sah ein, dass sie „die Rechnung ohne den Mann“ gemacht hatte, wollte ihren Fehler wieder gut machen und eine Abtreibung vornehmen. „Jürgen, du bist mir wichtiger als meine Schwangerschaft! Für dich opfere ich auch mein Embryo“. Ich begleitete sie zu dem Arzt, der die Abtreibung vornahm. Kerstin sah dies wieder als mein Liebesbeweis: „Mein Mann hat mich nicht einmal zur Geburt unserer Kinder begleitet und du stehst mir bei der Abtreibung beim Arzt bei!“

Kerstin, die Kämpferin: extrem aufdringlich, hartnäckig und manipulativ, die alte Taktik der Frauen einsetzend: einen Mann durch Schwangerschaft zu binden. Das konnte bei mir, dem Wassermann, aber nicht guten gehen! Ich selbst hatte zudem schon eine Erfahrung mit einer Schwangerschaft und Abtreibung.

Eine alte Freundin Tina – wir waren schon länger getrennt – wurde ungewollt von einem gemeinsamen Freund schwanger. Besser: Sie wusste nicht genau, wer der Vater war. Sie bat mich, sie nach Holland zu fahren, um eine Abtreibung vornehmen zu können: ein Freundschaftsdienst! Ich hatte bereits meinen ersten „VW-Käfer“ (Es war das erste Auto in unsere Clique). Wir fuhren nach Utrecht (NL) zu einer Klinik. Bei der Hin-Fahrt merkte ich, wie unsicher sie war. Sie hatte schon Muttergefühle, aber wollte die Abtreibung „durchziehen“, weil sie keine Perspektive sah. Ihre ältere Schwester hatte zudem selbst „Trisomie 21“ (vulgär: Mongolismus) und ein uneheliches Kind mit Trisomie. Da lag wohl etwas in ihrer Familie und sie hatte Angst, dass sie auch ein Kind mit Down-Syndrom gebären könnte. Sie musste unter diesen Bedingungen abtreiben, keine Frage!

Sie war nach der Abtreibung nicht wiederzuerkennen. Aus einer total lebensbejahenden jungen Frau (Model-Typ) wurde eine gebrochene Frau, die keinen Mann mehr an sich ran lies. Ich war zwar kein direkt Beteiligter, sondern nur der Fahrer, aber erlebte zum ersten Mal von einer ehemals intimen Freundin, wie die Abtreibung eine Frau gebrochen hat, sie zum Zombie wurde. Sie starb Jahre später als Drogenabhängige.

Mit dieser Erfahrung war mir klar: Ich würde nie eine Frau zu einer Abtreibung drängen: völlig ausgeschlossen! Ich zog einen anderen radikalen Weg (als Wassermann) bei Kerstin vor: Ich ließ mich sterilisieren. Ihre Eingriff als Abtreibung war meine Sterilisation als Ausgleich.

Diese Zeit mit Kerstin war für mich: Drama pur.¹⁰² In den Beziehungen nach Kerstin war meine zunehmende Impotenz ausgebrochen. Ich fragte mich später, ob eine Frauen einen Mann psychisch und seelisch entmannen kann? Oder hat mich meine Seele selbst bestraft? Es hieß, die Sterilisation sei nur ein kleiner Schnitt und ambulant zu behandeln. Ich sehe es heute anders! **Meine Sterilisation als Antwort auf ihre Abtreibung ist wahrscheinlich der seelische Aspekt meiner eigenen „Entmannung“.**

Doch das Drama war noch nicht beendet: Die Sterilisation war zwar ambulant, ich würde aber nicht vom Arzt mit dem Auto wieder nach Hause fahren können. Meine Frau Renate erklärte sich zu dem Fahrdienst zum Arzt nach Dortmund bereit – erklärte mir aber noch eindringlich: „Jürgen, sei dir voll bewusst, was du tust: Ich möchte noch Kinder haben!“ Der Schritt zur Sterilisation war der letzte Schritt meines Ehebruchs.

Die „Affäre“ mit Kerstin hatte noch ein Nachspiel. Später war ich mit einer Geistesheilerin befreundet (auch eine Elke), die Kontakt zu Toten aufnehmen kann. Ich fühlte mich mitverantwortlich für die Abtreibung und fragte sie, ob sie auch Kontakt zu der ungeborenen Seele aufnehmen könnte. Sie bejahte die Frage und übermittelte mir eine Seelen-Botschaft (sinngemäß):

102 Es war natürlich auch für Kerstin Drama pur. Von Freunden erfuhr ich, dass sie nach der Beendigung unserer Beziehung ein Messi und Alkoholikerin wurde. Sie verlor das Sorgerecht für ihre Kinder. Ich glaube, dass sie schon nicht mehr lebt. Die Beziehung zu Kerstin war die „dunkle Nacht“ meiner Seele.

„Mein Name ist Alexander. Die Abtreibung war auch in meinem Sinne. Mein Plan war nicht, jetzt in eine irdische Inkarnation einzutreten. Ich mag eure materialistische Zeit voller Kriege nicht. In früheren Inkarnationen war ich immer ein Kind aus einer Vergewaltigung. Ich wusste, dass ihr – Kerstin und du – als Eltern nicht zusammenbleiben würdet. Ich wollte aber einmal ein Kind der Liebe sein, nicht gezeugt aus Gewalt, sondern aus Liebe. Das war das ganze Ziel meiner Inkarnation. Die Abtreibung war auch mein Inkarnationsplan. Danke Jürgen, ich liebe dich als mein Zeugungs-Papa und meine schöne Erfahrung, in Liebe gezeugt worden zu sein! Es war für mich vollkommen.“

Diese Erklärung war für mich überraschend, stimmig und sehr heilsam zugleich.

Um die Liebe wie Kerstin kämpfen?

Eher nicht. Wenn eine Frau sich von mir getrennt hat, lies ich sie ziehen¹⁰³, kein „Kämpfen um die Liebe“. Das ist nicht meine Art.

Kämpfen um die Liebe hat für mich eine andere Bedeutung: Jede entzweite Liebe zeigt unsere inneren Dämonen. Diese Dämonen gilt es zu erkennen, zu bekämpfen und zu entmachten. Jede Liebe bietet uns die Möglichkeit, unser inneres Licht heller leuchten zu lassen. **Der eigentliche Kampf um die Liebe ist der Kampf gegen die inneren Dämonen.**

103 Ganz im Sinne des Spruchs: „Reisende soll man nicht aufhalten.“

In Liebesbeziehungen stellen wir uns dem Partner zur Verfügung, die Dämonen als dunkle Kräfte aus den Keller-Löchern ins gleißende Licht auftauchen zu lassen und zu transformieren. Die Dämonen-Energie kann in Liebes-Energie gewandelt werden. Der Namenspatron von Jürgen ist der Hl. Sankt Georg, der Drachentöter. Im Kampf gegen innere Dämonen mache ich meinem Namen Ehre und erfülle karmische Aufgaben.

Das PAAR ist der Mensch

Friedrich Schiller wurde einmal gefragt: „Was ist der Mensch?“ Seine Antwort: die Menschheit! – Sehr intelligent! Was das Wesen eines Menschen ist, können wir nicht an einem Individuum als Mann oder Frau sezieren und erkennen. Schiller meint, wir müssen uns die ganze Art „Mensch“ ansehen, auch die unterschiedlichen „Rassen“, um Aussagen über das Wesen des Menschen machen zu können.

Ja, aber machen wir uns bewusst: Im Körper des Menschen gibt es ca. 30 Billionen von Einzel-Zellen und mehr als 400 Zelltypen. Der Einzelmensch ist wesentlich komplexer als die ganze Menschheit! Wie viele Menschen brauchen wir minimal, um etwas über das Wesen des Menschen ausdrücken zu können? Es sind ZWEI: ein Mann und eine Frau als Paar.¹⁰⁴ Eine Familie braucht mindestens ein drittes Wesen.

Ich würde die Frage so beantworten: Das PAAR ist der Mensch, Mann und Frau jeweils nur „halbe Menschen“. Auch wenn wir augenblicklich kulturell eher eine zunehmende „Single-Phase“ haben, glaube ich, dass **das befreite PAAR die Zukunft der Menschheit** ist. Erst wenn wir durch entsprechendes Leiden reifer geworden sind, werden wir auch reif sein, eine spirituelle Liebe und Elternschaft zu leben.

¹⁰⁴ Heute wird diskutiert, ob es wirklich nur zwei Geschlechter gibt. In diese Thematik einzusteigen, würde das Thema des Buch sprengen. Doch wie sollen wir die Frage nach einem dritten Geschlecht klären können, wenn wir nicht einmal die klassischen beiden Geschlechter befriedigend unterscheiden können?

Aus eigener Erfahrung weiß ich, dass es die Kinder sind, die am meisten unter der Trennung der Eltern leiden. Oft ist die Geburt das erste Trauma ihres Lebens, das zweite Trauma die Elterntrennung, was kaum noch zu heilen ist. Kinder wollen, dass ihre Eltern zusammen bleiben. Am Ende steht dann die „Elternaustreibung“, wie Volker Elis Pilgrim die Befreiung aus der elterlichen Bevormundung und das Erwachsenwerden nennt.

Wir brauchen eine ganz neue Philosophie und Spiritualität des Paares, ein Wegweiser zur „ewigen Liebe“, die nicht nur ein Leben, sondern sich über Inkarnationen hält und zum „göttlichen Paar“ reifen kann – wie es Jesus und Maria Magdalena wohl schon vorgelebt haben. Dieses Thema zu vertiefen, würde das Buch sicher auch sprengen und meine „Beziehungskompetenz“ überfordern.

Potenz ist nicht nur ein „Männerthema“ im Sinne von: „Allzeit steinhart bereit: Knall ihr das Gehirn aus dem Schädel!“ (oder ähnliche Macho-Sprüche). Als Intellektueller hatte ich schon früh ein Identitätsproblem in dem Satz „Dumm fickt gut“! **Was sollte ich als Mann besser opfern: meine Intelligenz oder meine Potenz, meinen Schwanz oder meinen Kopf?**

Ich habe mir die Frage nie bis zu einer finalen Entscheidung gestellt – das Leben hat mir die Frage selbst beantwortet: Intelligenz und Weisheit wurden mir wichtiger als eine sexuelle Performance.

Ich war mir sicher, dass es auch Frauen gibt, die diese Entscheidung eines Mannes zu schätzen wissen. In jungen Jahren las ich das Buch einer feministischen Frau: „Impotenter Mann gesucht!“ Männliche Potenz als steinharte Erektion ist ein dummer Mythos, der für die spirituelle Entwicklung eher in die Irre führt.

Ich glaube, dass es auch **eine „Potenz der Frau und des Paares“** gibt. **Potenz bedeutet in dem Falle: Potenzial-Entfaltung:** Frau und Mann haben in der Beziehung ihr jeweils ganzen Potenzial entfalten können, nicht auf Kosten des anderen, sondern in gegenseitiger Unterstützung. Diese Potenzial-Entfaltung von Frau und Mann führt im Sinne des harmonischen Wachstums als Paar auch zur **Potenzial-Entfaltung des Paares.**

Maria: der Triumph des unbefleckten Herzens

Maria ist ein großer Frauen-Name. Ich erinnere an die Gottes-Mutter Maria von Jesus und an Maria-Magdalena als seine „erste Apostelin“¹⁰⁵. Auch meine Mutter hieß Maria und meine zweite Frau auch. Der Name Maria hat eine wichtige Bedeutung in meinem Leben. Der Name meines Vaters war Joachim – auch ein biblischer Männername, der Vater von Maria, der Mutter Gottes.

An die Geschichte der jungfräulichen Geburt der Gottesmutter Maria von Jesus konnte ich nicht glauben: eine Wahnsinnsgeschichte der katholischen Kirche¹⁰⁶! Es war sicher eines der Argumente, weshalb ich aus der katholischen Kirche als junger Mann ausgetreten bin.

Ich denke, wir sind uns einig, dass das Christentum (insbesondere der Katholizismus) eine patriarchalische Religion ist, und ich muss es an dieser Stelle nicht weiter begründen. So bleibt die Frage, welche Rolle „Mutter Maria“ in dieser patriarchalischen Religion hat. Ich will hier aber keinesfalls die Rolle von Mutter Maria abwerten, im Gegenteil! Ich will Mutter Maria nur aus dem patriarchalischen Kontext befreien.

105 Ich lasse hier jetzt jede Spekulation, ob Jesus und Maria von Magdalena verheiratet waren und Kinder hatten.

106 Dies gleich als „Lüge“ zu bezeichnen, mag ich nicht, denn damit wird unterstellt, dass bewusst gelogen wird. Ich denke aber, dass es bestimmt 90% keine Lüge, sondern „falsches Bewusstsein“ ist und keine bewusst teuflische Lüge. Auch hier gilt es zwischen „falschem Bewusstsein“ und „Lüge“ zu unterscheiden und sauber zu argumentieren.

Jesus ist der Gottessohn der Liebe. Was für ein Mensch muss die Mutter eines Gottmenschen gewesen sein?! Von wem soll Jesus die bedingungslose Liebe gelernt haben, wenn nicht von seiner Mutter Maria?

Was soll daran so undenkbar sein, wenn Maria Jesus auf menschlichen Weg durch Sex empfangen hätte? Wäre das Gotteslästerung??! Gott hat doch selbst den Sex in seine Schöpfung gebracht. Sex ist doch ein Gottesgeschenk! Sagen wir es klar: **Sex zu verteufeln ist Gotteslästerung!** Und wenn Jesus nicht nur ein Gottessohn, sondern auch ein Menschensohn ist, dann darf er auch durch Sex gezeugt sein. Wo ist das Problem außer im Kopf katholischer Geistlicher??!

Das hätte die Rolle von Josef dramatisch verändert! Neben der Gottesmutter Maria wäre ein Gottesvater Josef zu verehren gewesen. Diese Rolle gebührt nun aber dem „Vater im Himmel“. Um Jesus zu einem Gottessohn aufzubauen, musste er GOTT als Vater haben und nicht Josef. Die ganze (verlogene) Logik des Mythos ist offensichtlich.

Ein weiterer Mythos, den dieses Narrativ stützt: die Verehrung der Jungfrau. Es war nicht erst bei den Christen so, dass die Jungfräulichkeit das Mädchens ihre Ehre oder ihre Schande bewies. Es war (im europäischen Raum) bei den Wikingern und Kelten nicht anders. Der erste „Beischlaf“ war dem Ehemann vorbehalten. Mit einer Ausnahme: Der Stammesführer durfte mehrere Frauen haben wie ein Harem, um seinen „hochwohlgeborenen Samen“ an möglichst viele Frauen des Stammes weiter zu geben: Der Stamm hatte im Jungfrauenmythos eine Doppelmoral.

Das für mich eindrucksvollste Buch über Mutter Maria hat Pia Gyger geschrieben. Sie spricht sogar von der „Vision einer neuen Schöpfung“. Es wird Zeit, dass wir das Mütterliche wieder in den Schöpfungsmythos der Menschheit zurück holen, wie es der Urmythos war. Für alle Naturvölker war das Göttliche eine Große Mutter.

Heute frage ich mich, ob die „unbefleckte Empfängnis der Jungfrau Maria“ nicht moderner gedeutet werden könnte? Alleine die Formulierung „Befleckung“ ist doch schon verräterisch. Ist eine Besamung gleichsam eine Befleckung? Hat Maria Jesus empfangen „ohne Flecken“. Sex als Flecken – das zeigt doch schon die ganze Sexualfeindlichkeit der katholischen Kirche! Wir sind heute aufgeklärt genug, dass wir nur den Kopf schütteln können. Menschen lieben sich unbefleckt.

Die einzige befleckte Empfängnis ist in meinen Augen im übertragenen Sinne eine Vergewaltigung! Es ist eine Befleckung der weiblichen Seele, wirft einen großen Schatten über die Seele der Frau, die sie oft in den Freitod treibt. Irgendwann ist mir aufgefallen, dass viele der von der Kirche missionierten Völker noch an einen Gott als FRAU glaubten: die große Mutter. Wenn man nicht im Patriarchat lebt und davon verbildet ist, dann ist der naheliegendste Gedanke, dass das Göttliche ein Mutter sein müsse. Später war für die Völker die ERDE die Mutter, der HIMMEL der Vater. War für die katholische Kirche Mutter Maria quasi ein Trojanisches Pferd, um das abgrundtiefe Patriarchat in die Herzen der Naturvölker einzuschmuggeln? Wird Mutter Maria für die Missionierung instrumentalisiert?

Nachklang 1:

Sarah: Bin ich ein Sugar-Daddy?!

Sarah habe ich kurz vor Fertigstellung des Buch-Manuskripts bei einem Einkauf kennengelernt. Ich ging aus dem Supermarkt, und sie sprach mich draußen an: Sie sei Single, ich sei Single (sie hatte wohl erspät, dass ich keinen Ehering trage): Vielleicht gehe da etwas zwischen uns. Ich reagierte zögerlich irritiert. Als sie von mir keine direkte Abfuhr bekam, sondern ich stehen blieb, fragte sie mich, ob ich für sie einen Einkauf übernehmen könnte, sie hätte kein Geld mehr. Sie war eine attraktive Frau, schwarz-haarig, knapp dreißig, sexy gekleidet und sprach fließend Hochdeutsch. Ich sagte: OK!

Wir gingen in den Laden zurück, sie machte ihren Einkauf: fast nur Baby-Sachen wie Pampers, Schnuller, Trinkfläschchen – eine Baby-Grundausrüstung. An der Kasse kam ihr Einkauf auf ca. 100 Schweizer Franken. Ich reichte der Kassiererin meine Kreditkarte, doch: „Saldo nicht gedeckt!“ – Mitte des Monats! Ich versank vor Scham im Boden, konnte es nicht glauben und wollte mein Online-Banking umgehend zu Hause prüfen. Sarah begleitete mich nach Hause. Dort stellte ich schnell fest, dass ich tatsächlich nur noch 20 Franken auf dem Konto hatte.¹⁰⁷

¹⁰⁷ Es war erst Mitte des Monats und schon pleite! Die Situation brachte mich zum Entschluss, die Schweiz endgültig zu verlassen. Ich kann mir den Luxus, in der Schweiz zu leben, einfach nicht mehr leisten! Und um Schweizer Behörden um Beihilfe zu betteln, kommt einfach nicht in die Tüte!

Eine Überweisung aus Deutschland, mit der ich gerechnet hatte, war noch nicht eingetroffen. Wir kamen noch ein wenig ins Gespräch, ich erfuhr ihren Namen und ihre Lebensumstände: Sie lebte mit ihrer kleinen Tochter in einer Notunterkunft, kam aus Moldawien. Ich war überrascht, dass sie perfekt und dialektfrei Hochdeutsch sprach, bekam aber keine Antwort auf meine Frage, woher sie so gut Deutsch spreche.

Sie fragte mich, ob ich jemals verheiratet gewesen sei. Ich hatte auf dem Schreibtisch eine goldene Hals-Kette mit den zwei Eheringen verkettet liegen – und ich zeigte sie ihr. Sie probierte beide Eheringe an – einer passte an den kleinen Finger, der andere an den Ringfinger. Ich schenkte sie ihr und die goldene Hals-Kette gleich dazu. Sie war glücklich und bestellte mich für den nächsten Morgen um 9 Uhr wieder vor dem Supermarkt mit der Bitte um 300 Franken, sie müsse die Miete bezahlen, sonst würde sie mit ihrer Tochter auf der Straße landen. Ich hatte ihr gesagt, dass ich stündlich Geld aus Deutschland erwarten würde.

Als sie mich verlassen hatte, kam ich wieder zur Besinnung. Wie konnte ich mich nur so dämlich verhalten??!! Den ganzen Tag kam ich von dem Erlebnis nicht mehr weg und konnte die nächste Nacht nicht schlafen. Ich beschloss, der ganzen Sache umgehend ein Ende zu setzen. „Gib ihr den kleinen Finger – und sie nimmt die ganze Hand!“ – hämmerte es sich in meinen Kopf ein. Ich blieb am nächsten Morgen „trotzig“ zu Hause und ging nicht zu dem vereinbarten Termin vor dem Supermarkt.

Es war klar, dass sie zu mir nach Hause kommen würde, denn sie wusste ja, wo ich wohne.

Und tatsächlich klopfte es ein paar Stunden später bei mir an und sie stand in der Türe. Sie merkte wohl schnell, dass ich sauer war: „Was ist los mit dir?“, fragte sie etwas verunsichert. Ich antwortete: „Ich möchte, dass du gehst! Wie kannst du nur Eheringe und eine goldene Kette annehmen! Du bist eine manipulative und dominante Frau! Ich will dich nicht mehr sehen!“ – Sie war total schockiert und fragte noch einmal nach: „Du willst mich also nicht mehr sehen?“ – Meine Antwort war ein definitives: „NEIN!“ Sie nahm mich noch einmal unter Tränen in den Arm und ging „auf nimmer wiedersehen“.

Privat war ich eigentlich immer ein „Ja-Sager“ und habe diese Einstellung auch spiritualisieren können. **Eine spirituelle Einstellung ist, zum Leben und allen angebotenen Erfahrungen gegenüber grundsätzlich „Ja!“ zu sagen.** Ich erinnere mich an ein Buch von K.O. Schmidt „DAS GROSSE JA“ (1981) Deswegen war ich mit meinem NEIN! gegenüber Sarah auch etwas erschrocken über mich selbst. Ich wüsste nicht, dass ich jemals in meinem Leben ein dermaßen definitives NEIN! Gesagt hätte (vielleicht noch zu meiner Musterung als Kriegsdienstverweigerer). Ich war einerseits erleichtert – später jedoch war ich erschrockenen über mich und meine Härte. Ich hoffte, dass sie sich nichts antun würde! Es ging so weit, dass ich sie noch einmal aufsuchen und mich entschuldigen wollte. Das erwartete Geld war inzwischen auf meinem Konto. Ich überlegte, ihr die versprochenen 300 Franken doch noch zu schenken.

Was mich dann doch im Laufe des Tages am meisten schockierte: Ich war langsam am Manuskript-Ende meines Buch „Bedingungslos lieben lernen“ – und hatte postwendend diese „Probe aufs Exempel!“ Der Zusammenhang war mir sofort klar: **eine krasse Dissonanz zwischen Theorie und Praxis**. Es gab einen Grund mich zu schämen? Nein, Scham wäre jetzt keine heilsame Energie. Diese Geschichte gehört unbedingt ehrlich und aufklärerisch mit ins Buch: ein offenes Bekenntnis meiner Schwäche – ganz im Sinne von J. J. Rousseau!¹⁰⁸

Das könnte ein Schritt zur Heilung sein, ein öffentliches Bekenntnis für die Unvollkommenheit des Autors! Ich hatte mich wenig liebevoll und nahezu böse verhalten! Die Losung war doch: „Liebe **jeden** bedingungslos“??!! Es waren eine Handvoll Trigger-Punkte, die da in kurzer Zweit aufgeploppt waren! Und mein ganzes Verhalten Sarah gegenüber ging mir tagelang noch durch den Kopf. Es war eine ultimative Lektion zum Buch! Und ich war erst einmal „durchgefallen“! Nun gut, ich bin nicht Jesus! Doch diese Lektion zum Buch war so offensichtlich, dass ich beschloss, sie zu lernen, bevor ich weiterleben will. Nach dieser Erfahrung meines eigenen Versagens las ich das Manuskript des Buches erneut und korrigierte das eine und andere, besänftigte bestimmte Formulierungen.

108 Rousseau schrieb den ersten autobiographischen Roman BEKENNTNISSE (1781), auch sein Roman „Julie oder die neue Héloïse“ wurde zu einem Bestseller, da ein Mann öffentlich zu seinen Gefühlen stand (die Hosen runter lies). Er wurde von den Pariser Frauen abgöttisch geliebt. Im gewissen Sinne begann mit Rousseau die neue Innerlichkeit und Romantik.

Meine Lehre aus der jüngsten Erfahrung mit Sarah:

1. Mir war sofort klar, dass es für mich völlig gleichgültig ist, ob Sarah mir gegenüber etwas vorgespielt hat oder nicht. Selbst das Vorgespielte hätte in die Szene gepasst, gehörte zum Arrangement. Dabei ist mir durchaus aufgefallen, dass Sarah nicht die kraftlose Mama ausstrahlte, die wegen des schreienden Babys einige schlaflose Nächte verbracht hatte.
2. Sarah wurde mir zum Engel, der sich für mich zur Verfügung gestellt hatte, diese meine Lektion zu lernen. Auch Sarah wird bei diesem „himmlischen Arrangement“ ihre Lektion zu lernen gehabt haben. Meine Rolle darin war ihr (Arsch-) Engel.
3. Die Beziehung zu einer Frau, die von mir abhängig ist, ist für mich ein absolutes No-Go. Eine solche Abhängigkeitsbeziehung hätte sich mit Sarah (in welcher Form auch immer) anbahnen können, worauf ich völlig allergisch bis panikartig reagiere.
4. Ich war selbst noch völlig im Mangel und bin aus diesem Mangel und der „Liebesbedürftigkeit“ anfällig. Sarah hat mir diese Mangelsituation schmerzhaft bewusst gemacht: Ich bin nicht einmal in der Lage, dieser hilfsbedürftigen jungen Mama aus der aktuellen Not zu helfen, völlig pleite!

5. Mein Familienkarma mit Opa Ewald ploppt wieder voll auf – und zeigt mir den Stand der Heilung: finanziell ohne Reserve (Konkurs) – Angst, dass ein Partner nach dem Schluss-Machen von mir den Freitod wählen könnte. Viel ist da noch nicht wirklich geheilt!
6. Erschrocken erkenne ich: Ich schwanke zwischen einer liebevollen Großzügigkeit und einer emotionalen, abweisenden Härte und Kälte. Ich bin einerseits freigiebig, andererseits werde ich emotional eiskalt und erstarre, wenn ich mich (selbst) in eine existentielle Sackgasse gedrängt fühle. Diese emotionale Kälte und Unbeweglichkeit ist mir in der Situation aus meinem Leben bekannt vorgekommen. Ich erinnere mich, es ist ein öfter auftretendes ungeheiltes Muster der „Schockstarre“ in meinem Leben.

Es geht so nicht weiter! Ich will den Rest meiner Inkarnation nutzen, diese Mängel in meinem Leben zu heilen. Und der Umzug nach Süd-Frankreich ist dazu der richtige Ort: Keine Bücher mehr, nur noch Familien-Leben pur.

Nachklang 2:

Laura: Macht eine „karmische Beziehung“ alles leichter?

Laura (30) war meine Kundin des Tepperwein-Heimstudiums (THS) „Ausbildung zur Lebensberaterin“. Ich betreute sie bei ihrer Hausarbeit und bei der Diplomarbeit (Thema: Heil-Singen). Bei einer Reise mit ihrem WoMo in Österreich und in der Schweiz besuchte sie mich auf der Rückreise auch für eine Woche im Kanton Luzern, und wir unterhielten uns stundenlang über Gott und die Welt.

Allein das Thema WoMo war der erste Resonanzpunkt zwischen uns. Es war für mich immer schon ein Traum, ein eigenes WoMo zu haben und Europa zu bereisen (von Schweden nach Südfrankreich, Niederlande bis Polen). Ich hatte eine Freundin, die keinen PKW hatte, sondern nur ein WoMo zum täglichen Fahren. Ich durfte dann und wann auch ihr WoMo steuern. Ich hatte als Student schon Ferienarbeit bei einer Spedition in Wuppertal gemacht und konnte 7,5-Tonner (gemäß meiner Führerschein-Klasse) rangieren. Auch bei einem Familienurlaub mit Frau und Kindern in Florida hatte ich ein WoMo gemietet. Wir fuhren von Orlando runter durch die Everglades über die Brücke bis nach Key West und zurück über Miami nach Cap Canaveral (dort startete mein Schwager Hans Schlegel zur D2-Mission als Astronaut in den Orbit).

Ein großes Thema unserer Gespräche war BERUFUNG: Wie wir unsere Berufung erkennen und leben können. Das Thema war auch für mich ein großes Thema, ich hatte schon ein Buch dazu geschrieben: „Das große Buch der Berufung.“ (2019) Wir erstellten eine Internetseite für sie fertig und ein eBook¹⁰⁹. Sie war noch verbeamtet, wollte sich aber irgendwann aus dem Beamtentum befreien und sich selbständig machen.

Wir kamen uns so auf spiritueller Ebene näher und verstanden uns auch intellektuell gut. Wir waren an einem See schwimmen – ich fand sie in ihrem Badeanzug total erotisch. Ich begann mich in sie zu verlieben. Sie machte umgehend deutlich, dass sie einen Freund habe, den sie sehr liebe. Auf körperlichen Ebene kamen wir uns nicht näher, da war sie „besetzt“.

Trotzdem war eine vertrauenswürdige Freundschaft gewachsen und wir konnten auch später gut über eMail kommunizieren. Ich durfte Laura meine Texte vorlegen, die sie korrigierte und kommentierte. Sie war von allen meinen Texten begeistert und gab mir ein schönes Feedback.

Wir suchten eine Erklärung, was der Grund für das gegenseitige Verständnis sein könnte: Und irgendwann fiel der Gedanke: Vielleicht kennen wir uns schon aus einem früheren Leben??!!

Ich bin mit dem Thema „Karma“ vertraut. Indem sich unser Gespräch in die Richtung entwickelte, war bei mir ein Fass aufgemacht.

109 Unter der Domain www.berufung.info mit dem kostenlosen eBook „BERUFUNG. Gehe deinen Seelenweg“ (A4, 19 Seiten)

Ich sah in meinem Leben nur noch karmische Verbindungen und Verstrickungen. Auch der Begriff „Dualseele“ ist ein karmischer Begriff, der davon ausgeht, dass das ursprüngliche Paar ein „Kugelwesen“ war und schmerzhaft getrennt wurde. Das Paar sucht und trifft sich über die Inkarnationen, um sich wieder zu verbinden. Nach der Karma-Lehre begegnet man sich in den Inkarnationen aber nicht nur als Paar: Alle möglichen Beziehungskonstellationen sind möglich, um als Dualseele alle Beziehungsarten noch einmal „in Vollendung“ durchzuspielen. Je mehr wir uns kennen lernten, desto mehr und verrücktere „Schnittmengen“ erkannten wir. So stellten wir irgendwann unsere Vorliebe für Vikinger-Musik fest. Wie abgefahren ist das denn? Beiden ging es – unabhängig voneinander – so, als ob wir bei den Wikingern in der Wikingerzeit gelebt hätten, so tränenreich nahe ging uns die Musik. Oder synchrones Fasten, ohne dass wir uns abgesprochen hätten. Nein, eine erkannte karmische Beziehung macht es nicht leichter! Vielleicht werden wir mit der größten Prüfung in unserem Leben konfrontiert: Haben wir wirklich Vollkommenheit als Frau und Mann erreicht und sind zu einer vollkommenen Paar-Beziehung in der Lage? Alles an noch vorhandenen Schatten bricht auf, um erleuchtet und geheilt zu werden. Es ist die letzte Karmaprüfung. Dualseelen schenken sich nichts, brauchen nicht mehr rücksichtsvoll zu sein, brauchen sich nichts mehr vorzuspielen. Sie wissen, dass ihre Beziehung kein Sonntags-spaziergang werden wird. Es geht um das letzte: „Teufel, komm raus!“ Alle vier Ebenen sind gefordert. Sie haben die Chance, den Himmel auf Erden zu holen. Das ist ihre karmische Aufgabe als Paar.

Nachklang 3:

Jürgen wird karmafrei

Das Thema „Karma“ in meiner Freundschaft zu Laura hat bei mir die Büchse der Pandora geöffnet.

Doch wir dürfen nicht gleich beim Thema „Karma“ ansetzen, sondern an den „Zwei Welten“: Ein großer Entwicklungsschritt im Leben ist die Erkenntnis: Es gibt nicht nur unsere sinnliche Welt, es gibt auch eine „übersinnliche“, rein geistige. Unsere sinnlich Welt ist die Welt, die wir mit unseren Sinnen wahrnehmen können. Wir brauchen uns nur die Sinnenwelt von ein paar Tieren anschauen, um schnell zu erkennen: Die sinnliche Welt ist keine objektive Abbildung. Nehmen wir einen Hund, der wahrscheinlich besser riechen als sehen kann. Die sinnliche Welt eines Hundes hat sicher auch viele Geruchskomponenten¹¹⁰. Oder die sinnliche Welt einer Schlange am Boden. Ihre Sinne sind „bodennah“. Die sinnliche Welt von Vögeln! Sie leben ständig in der „Vogelperspektive“.

Ich will es kurz machen: Auch der Mensch hat eine für ihn typische Sinneswahrnehmung, zu dem der aufrechte Gang zählt, das perspektivische Sehen, die beiden Ohren für den Stereoklang, Nase, als Geruchsorgan, Zunge und Haut als Schmeck- und Tastorgan.

¹¹⁰ Ist dir schon einmal aufgefallen, dass Hunde, bevor sie ihr Fressen ins Maul nehmen, das erst einmal „abriechn“?

Die Tatsache, dass wir Menschen so gut wie keine Körperbehaarung mehr haben, ermöglicht uns auch eine Intensität an zärtlicher Berührung, wie es bei Tieren kaum möglich ist.

Ein Hund würde bei der sinnlichen Erfahrung eines Vogels sicher sagen: Das ist übersinnlich! Ein Vogel würde bei dem Geruchssinn eines Hundes sicher sagen: Das ist übersinnlich! Was ich damit sagen will: Übersinnlichkeit ist etwas, was über die spezifischen Sinneseindrücke einer Art hinaus geht. Und warum sollen wir Menschen davon ausgehen, dass unsere Sinne als Menschen die Ultima Ratio ist? Dass auch die Welt des Menschen mehr beinhalten könnte, als er mit seinen Sinnen wahrnehmen kann, ist doch naheliegend! Wenn einige, mediale Menschen Engel wahrnehmen können, so ist das eine typische „übersinnliche Wahrnehmung“.

So hat die Philosophie schon lange eine sinnliche Welt mit der ganzen Problematik der Sinnestäuschung und eine übersinnliche Welt (der Philosophie, das reine Denken wie bei Kant) postuliert. Rudolf Steiner ging einen Schritt weiter: Er erkannte nicht nur unsere Sinne, sondern postulierte auch „Übersinne“, also Sinne im Menschen, die auch die „Geistige Welt“ wahrnehmen können. Die Intuition wird uns immer vertrauter. Früher sagte man, intuitive Frauen seien irrational. Auch hier hat sich das Blatt gewendet. Kein Wunder, dass die meisten „esoterischen Heiler“ Frauen sind, die einen leichteren Zugang zur Intuition haben als rational eingeeugte Männer.

Wir nennen also die „übersinnliche Welt“ die GEISTIGE WELT, die wir nur mit unserem Geist, nicht aber mit unseren körperlichen Sinnen erfassen können.

Wenn wir einmal mit dieser „Geistigen Welt“ vertraut sind, dann wird uns auch bewusst, dass unsere SEELE ein Teil dieser Welt ist. Und wenn der KÖRPER in unserer sinnlichen Welt sterben kann, heißt das ja nicht automatisch, dass unsere Seele und unser Bewusstsein auch dieser Welt angehört und mit dem Tod des Körpers stirbt. Wenn wir die Seele als „Organ“ der übersinnlichen Welt erkennen, dann können wir ihr auch Unsterblichkeit zuerkennen, also:

**GEISTIGE WELT > Übersinnlichkeit > Seele/Bewusstsein
> Unsterblichkeit > KARMA**

KARMA steht also nicht an erster Stelle, sondern frühestens an fünfter. Das Konzept des Karma kann eigentlich erst verstanden werden, wenn auch die ersten vier verstanden sind.

Durch die Unsterblichkeit der Seele können wir auch Karma-Beziehungen erkennen und erklären. Darauf will ich hinaus. So kann mir mein verstorbener Vater auf der seelischen Ebene erscheinen, wenn ich seelisch für eine solche Wahrnehmung offen bin.

Ich habe in meinem Leben mehrere Ereignisse gehabt, bei denen ich das Gefühl hatte: mein Karma klopft an der Pforte.

Schrei aus der Stille

Es war noch im kommunalen Kino in Bochum und liegt etwa 20 Jahre zurück. Es war ein Film einer Filmemacherin, der die Brutalität einer Vergewaltigung zeigte. Der Film wurde in Schwarz-Weiß gedreht, die Frau eine Weiße, der Mann ein Schwarzer. (Ich empfand dies gar nicht so rassistisch, es passte irgendwie in die künstlerische Schwarz-Weiß-Gestaltung des Filmes.) Es war dunkel und regnete. Kaum eine Laterne erhellte den Tatort. Als ich den Film das erste Mal sah, spürte ich noch eine gewisse innere Erregung in Erwartung einer sexuellen Szene. Der Film zeigte nichts Erregendes: Der Mann lag über der Frau und rammelte wild und schweißbedeckt drauflos, die Frau lag unter ihm schreiend und weinend. Die beiden wurden nie als „Paar“ gezeigt. Als er sich abreagiert hatte, ließ er sie wie ein Stück Dreck liegen. Die Frau kam kaum noch auf die Beine und lief schwankend nach Hause, wo Mann und Kinder schon unruhig warteten. Ihr SELBST war gebrochen und zerfetzt. Ein paar Tage später nahm sie sich das Leben. Als ich wusste, dass der Film nichts Erregendes zeigte, sah ich mir den Film ohne Erwartungen erneut an. Jetzt konnte ich den Schmerz der Frau tief in meiner Seele fühlen. Es dämmerte mir immer mehr: **Das habe ich als Frau schon einmal erlebt!** Das war die einzige Erklärung für mein tiefes Mitleiden. Es war das erste Erleben in meinem Leben, dass ich eine Ahnung von einer früheren Inkarnation bekam: kein Buchwissen, sondern ein Ruf aus meiner Seele: Du warst schon einmal eine vergewaltigte Frau!

Die christliche Sekte der Katharer

Irgendwann stieß ich auf das Schicksal der Katharer (auch Albigenser) in Südfrankreich. Als ich dort in Südfrankreich lebte, wurde ich mit den Garnisonsstädten der Tempelritter vertraut wie Carcassonne: eine Touristenhochburg, und die Jungs bekommen dort Rüstungen, Schwerter und Schilde aus Plastik von ihren Eltern gekauft. Ich bin sogar bei einem Flug nach Südfrankreich zu meiner Familie in Béziers gelandet. Und irgendwann kam der Schock: Die Tempelritter haben in Béziers ein grauenhaftes Blutbad angerichtet: Alleine an einem einzigen Tag (22.7.1209) schlachteten sie dort 20.000 Menschen ab, auch viele Katholiken, weil Katholiken und Katharer von den mordenden Rittern nicht auseinandergehalten werden konnte: „Gott wird sie im Himmel schon noch trennen können!“

Ich bekam einen inneren Abscheu, der mir in dieser Stärke unerklärlich war. Irgendwann ahnte ich, daß ich selbst ein Katharer war und dieses Massaker miterlebt hatte. Bei dem Kontakt zu einer Geistheilerin fragte ich sie eher nebenbei: „Kannst du sehen, ob ich in einer früheren Inkarnation bei den Katharern gelebt habe?“ Sie brauchte eine Zeit, bis sie das Bild aufgenommen hatte und sagte: „Ja, ich sehe dich total verängstigt mit deiner Mutter. Einen Vater sehe ich aber nicht.“

Diese Vision reichte mir als Bestätigung meiner Ahnung, dass ich zu dieser Zeit gelebt habe. Es erklärte mir auch, weshalb ich so einen abgrundtiefen Hass gegen das katholische Papsttum habe. Es ist weit mehr als nur eine religiös-theologische Kritik.

Mein Großvater Ewald und meine Vater Joachim

Irgendwann in meinem Leben (ich war schon über 50) wurde mir eine Tragödie und ein Tabu in meinem Familien-Stammbaum bewusst: Mein Großvater **Ewald Schröter** hatte den Freitod gewählt, da war mein Vater gerade erst vier Jahre alt – ich habe ihn nie leibhaftig kennen gelernt. Was ich jedoch bei Nachfragen in der Familie erkannte, Ewald hatte zwei große Probleme in seiner Familie:

Er hatte in Weimar eine kleine Fahrradfabrik mit 8 Angestellten und ging 1925 in der allgemeinen Wirtschaftskrise in den Konkurs. Mein Vater Joachim wurde 1922 schon geboren und seine Mutter (meine Oma Martha) ging fremd (wie wir heute sagen würden), damals ein absoluter Skandal! Der Grund war wohl, dass mein Opa die Familie durch den Konkurs nicht mehr ernähren konnte. Sie hat später diesen anderen Mann geheiratet (und der wurde mir als „Opa“ vorgestellt) und von ihm noch drei Kinder bekommen, Halbgeschwister von meinem Vater, der in der neuen Familie wieder der „Bastard“ war, obwohl er von seinen jüngeren Halb-Geschwistern als „großer Bruder“ angehimmelt wurde. Er hat ihnen allen als Architekt ein Haus entworfen.

Beides: Konkurs und Scheitern der Ehe trieb meinen Großvater in den Freitod. Mir wurde bewusst, dass hier seitdem ein ungelöstes Familienkarma im Raum stand und auch die Ehe meiner Eltern schwer belastet hat. Das Muster erkannte ich auch bei mir und meinem Sohn. Ist hier noch ein Familien-Karma zu erkennen und zu heilen?

Und doch ergab sich **eine wunderbare Begegnung mit meinem Opa Ewald**: Auf einem Männertraining war in einer Meditation die Aufgabe, die Kraft unserer Vater und aller männlichen Ahnen in unserem Rücken zu spüren und zu empfangen. **Und plötzlich war Ewald im Raum, ich sage einmal: als Erscheinung für mich**. Er war tränenüberströmt und entschuldigte sich bei mir, dass er mir kein Opa war – und meinem Vater kein Vater. Er „bereute“ seinen Freitod. Er war noch Monate für mich als Erscheinung präsent. Er war dankbar dafür, dass ich durch meine Meditation den Kanal zu ihm gefunden habe.

Ich interpretiere es einmal für mich so: Seine Seele hat sich noch in der Erdatmosphäre aufgehalten, er war für eine Himmelfahrt ins Nirvan (der absolute Himmel in der höchsten (12.?) Dimension noch nicht frei. Ein Freitod gilt ja als die größte Todsünde und Ewald litt offensichtlich darunter. Wir hatten noch einige Monate „Gespräche“ und ich merkte, dass er bald „befreit“ war und in diesen Himmel (Nirvana) aufsteigen konnte: Ich hatte ihm längst vergeben können. Ich spürte am eigenen Leib, wie stark die Verbindung zwischen Opa und Enkel sein kann – ohne den erzieherischen Druck, den der Vater hat. Es ging bei meinem Vater ähnlich, dass er nach seinem Tod für mich noch präsent war; auch bei ihm dauerte es Monate, bis ich seine Seele nicht mehr spürte. **Bei meinem Vater und meinem Großvater konnten wir nach dem Tod wohl noch einen Prozess der gegenseitigen Vergebung eingehen.**¹¹¹

111 Mir half dabei auch das Buch von Vater und Sohn Gerald G. Jampolsky und Lee L. Jampolsky: „Verzeih mir bitte“

Meine Mutter hatte mit ihrer Schwiegermutter (meine Oma Martha) auch ihre Probleme, sah sie regelrecht als „Hexe“. Meine Schwester hatte darunter zu leiden: „Werde bloß nicht wie deine Oma Martha!“, hörte sie immer wieder von der Mutter.

Mein Vater fand als Architekt nie den Mut, sich selbständig zu machen, blieb Angestellter, obwohl meine Mutter ihn dazu heftig drängte. Sie rechnete ihm vor, dass er mindestens das Doppelte verdienen würde. Die Spannung zwischen meinen Eltern wuchs immer mehr, bis sie nur noch formal zusammen blieben. Ich erinnere mich daran, dass meine Schwester und ich – nachdem wir selbst in die Pubertät gekommen waren – unsere Eltern aufforderten, sich endlich mal zu küssen, sie wären überhaupt nicht zärtlich zueinander. Von uns aufgerüttelt ab es dann und wann ein „Küsschen“ auf die Backe. Später, nachdem mein Vater in Pension ging, baute der das Dachgeschoss unseres Einfamilienhauses aus (er war auch als Handwerker ein Meister!) und sich dort eine eigene Wohnung. Er konnte es nicht mehr ertragen, mit meiner Mutter ein Ehebett und ein Schlafzimmer zu teilen. Die Beziehung zwischen unseren Eltern war absolut erkaltet, total erstarrt. Beide starben am Ende an Krebs: mein Vater hatte Gallenkrebs, meine Mutter Darmkrebs. Die Galle war bei ihm wohl aus dem Grund geschädigt, weil er viel Zorn „herunter-schluckte“. Meine Mutter (die Dorfschönheit) konnte im Leben vieles nicht mehr verdauen (wahrscheinlich auch, dass ich als ihr Sonnenschein dann als Jung-Kommunist ihr völlig fremd wurde, eine Schande in der katholischen Verwandtschaft!).

Uns Kindern schwärmte sie von ihrer „großen Liebe“ aus dem Dorf vor, den sie heiraten wollte, der dann aber nicht mehr „aus dem Krieg zurückgekommen“ sei. Mein Vater war wohl nur zweite Wahl und zweieinhalb Jahre jünger als meine Mutter. Viel später erst erkannte ich, dass unsere Mutter wohl zu Hause „die Hose anhatte“ und mein Vater es schwer gegen ihre Dominanz hatte. Noch in der Zeit seines Sterbens sprach er von unserer Mutter als „mein Mädchen“.

Natürlich will man als Jugendlicher alles anders machen als die eigenen Eltern – und bald stellte ich fest: Ich entwickle die gleichen Verhaltensweisen wie mein Vater! – und noch ein Schritt weiter habe ich dann erkannt: Ich setze das Karma meines Vaters fort: Ich hatte den Mut, mich selbständig zu machen, lebte aber immer „kurz vor Konkurs“: zum Sterben zu viel, zum Leben zu wenig. Auch meine Frauenbeziehungen waren oft von Verrat gekennzeichnet. Und wenn ich es war, mich von einer Frau trennte, hatte ich immer Angst, sie würde sich etwas antun! Auch mit dieser Angst hing noch Karma in der Luft.

Das gleiche beobachtete ich bei meinem Sohn Arne: Er machte sich schon sehr früh selbständig und war mit verschiedenen Berufen immer auf der Suche, seinen Lebensunterhalt ausreichend verdienen zu können. Bei ihm hat das Familien-Karma schon gegriffen! Er war ein Sonnyboy und konnte jede Frau haben. Ich glaube, er hatte nie eine Phase, in der er ganz alleine lebte. Die Mutter seiner beiden Kinder (meine Enkel) blieb nicht lange bei ihm und hatte schnell andere Liebhaber.

Apropos Enkel: Mein Vater hatte ein typisches verschmitztes Lächeln. Dieses Lächeln erkannte ich auch bei meiner Enklin Anouk. Ist sie eine Wiedergeburt meines Vaters? Ich sehe es in ihrem Gesicht! Doch letztlich spielt es keine Rolle. Es ist für mich nur eine Bestätigung, dass Karma wirkt. Es heißt, eine Seele würde etwa 500 Jahre brauchen, um sich für eine Wiedergeburt zu entscheiden. Ja, das mag ja vor 500 Jahren der Fall gewesen sein. Ich glaube, die Seelen sind heute viel früher zu einer Wiedergeburt bereit.

Mein Enkel Mika Schröter (und seine Schwester Anouk) ist gerade 20. Ob ich mit einer Karma-Heilung noch einen Einfluss auf sein Leben haben könnte? Mir wird bei der Frage bewusst: Das ist wohl nicht meine Aufgabe! **Es geht wohl in erster Linie darum, mein eigenes Karma für die nächste Inkarnation zu heilen!** Und ich merke schon: Ich würde nach meinem Tod gerne umgehend eine neue Inkarnation eröffnen! Ich habe Lust, wiedergeboren zu werden und vieles aus meinen Lebenslehren als erwachtes Bewusstsein mitnehmen zu können. Ich würde für meinen kommenden Seelenplan vieles anders machen. Zunächst: **Ich würde wohl wieder als Mann auf die Welt kommen.** Mir scheint, dass ich (in den letzten sieben) Inkarnationen als Frau auf die Welt gekommen bin. Jetzt ist die Reihe wieder als Mann.

Schweden und Vikinger

Mein Gefühl und meine Seelenresonanz sagen mir auch, dass ich wohl früher ein Wikingerin war: So viel deutet in meinem Leben darauf hin!

- Meine Affinität zu Schweden (ich hatte über 20 Jahre dort ein dreistöckiges Ferienhaus, mit Freunden eine „Villa Kunterbunt“); wir verbrachten dort alle unsere Ferien. Ich habe auch etwas Schwedisch in einem Kurs gelernt.
- In den Winterferien in Schweden hatte ich etwas Probleme mit der Kälte (bis minus 20°); ich kann mir gut vorstellen, dass ich früher einmal erfroren bin und im Schnee meinen Tod gefunden habe; in meiner Panik vor Kälte nehme ich Karma wahr.
- Es gab eine (finnische) Dorfsauna in Schweden, die wir einmal pro Woche besuchten. Wir waren alle als Männlein und Weiblein nackt; die wöchentliche Gemeinschafts-Sauna war für uns ein sehr erotischer Ort.
- Ich habe in meinem Leben eine Männerausbildung zum „Herzkrieger“ gemacht, habe das Kriegerische in mir geweckt. Als junger Mann war ich Wehrdienst- / Kriegsdienstverweigerer. Die ganze Wahrheit: Ich habe nicht einmal bei der Kirmes ein Gewehr in die Hand genommen, so ist mir dieses „Kriegshandwerk“ zuwider.

- Ich hatte einen Schlittenhund (ein Samojeeden mit dem Namen Scott) – wir waren ein Herz und eine Seele: Er kommt von seiner Rasse her aus Sibirien. Auch hier spüre ich wieder eine Resonanz. Die russische Seele ist mir in ihrer tiefen Mystik irgendwie sympathisch und vertraut.
- Mein Sohn Arne fühlte sich als Lausbub in Schweden wie zu Hause; er hätte gut als „Michel von Lönneberga“¹¹² durchgehen können. (Mein Sohn wurde von meinen Eltern einmal gefragt: Wo lebst du lieber, bei Jürgen in Deutschland oder bei Renate, seiner Mutter in Südfrankreich? Seine verblüffende und spontane Antwort war: Lieber bei Renate, dann kann ich in den Ferien mit Jürgen nach Schweden!

Meine Seele sagt mir, dass wir in der Regel bei einer Neuinkarnation für sieben Inkarnationen im gleichen Geschlecht bleiben und dann erst das Geschlecht wechseln. Ich nehmen in dieser Inkarnation deutlich wahr, dass ich noch sehr viele weibliche Anteile habe (auch viele Venus-Aspekte in meinem Horoskop) und erst in mein Mannsein erneut hereinwachse. Ich habe für mich das Thema „Mannzipation“ entdeckt, um meine „Mannwerdung zu unterstützen. Meine weibliche Seite war so intensiv, dass ein schwuler Mann mir einmal sagte, ich gehöre „auf sein Ufer“! Ich glaube tatsächlich, die ganze Geschlechterverwirrung der heutigen Zeit ist nicht biologisch, sondern karmisch zu erklären. Ich sage es einmal so:

112 Michel heißt in Schweden Emil.

Wir leben heute in einer „Achsenzeit“ (Jaspers), in der der „göttliche Plan“ vorsieht, dass wir in einer neuen Inkarnation die Geschlechter wechseln. Ein Mensch, der über mehrere Inkarnationen ein Mann war, wird plötzlich als Frau wiedergeboren. Natürlich ist das verwirrend. Vielleicht ist **die Lösung keine Geschlechtsumwandlung, sondern eine Karmaheilung**: Nimm deinen Seelenplan an, in der jetzigen Inkarnation eine Frau zu sein; das ist dein Seelenplan!

Was bedeutet Karmafreiheit?

Wenn wir karmafrei sind, sind wir von unserer Seele nicht mehr gezwungen, wiedergeboren zu werden. Wir haben alles in den Ausgleich gebracht, unsere „karmischen Schulden“ beglichen.

Es gibt aber auch die Möglichkeit, **freiwillig wiedergeboren zu werden**. Die Inder nennen solche Menschen Bodhisatta (Erleuchtete wie Buddah). Sie entscheiden sich nicht, direkt ins Nirvana (dem absoluten Himmel) einzutreten, sondern als „Erleuchtete“ wiedergeboren zu werden, um als „Aufgestiegene Meister“ den Menschen bei ihrem Aufstieg zu helfen. Ein solches künftiges Seelenleben würde mir gefallen!

Also: Ich will meine letzte karmische Inkarnation vorbereiten, um dann als „Bodhisatta“ und „Auserwählter“ die Welt voranzubringen! Ich denke, ich würde dabei gerne als Chinese wiedergeboren werden. Ich glaube, China gehört auch spirituell die Zukunft. Der Staat öffnet sich heute schon den Lehren des Laotzi und Konfuzius (Meister Kong).

Attacken aus dem Karma: Hals, Kälte

Auch wenn ich es schon angedeutet habe, will ich es noch einmal benennen: Es gibt Körperreaktionen, bei denen ich mich überrascht gefragt habe: Woher kommt das denn in seiner Stärke? Die Angst ist überhaupt nicht der Situation angemessen, eher panikartig.

Mir ist zunächst aufgefallen, dass ich panikartig reagiert habe, wenn eine Frau mich liebevoll an den Hals fasste. Woher kommt meine heftige Abwehrreaktion, als ob sie mich erwürgen wollte? Irgendwann hatte ich die einzige für mich mögliche Erklärung: Könnte es sein, dass ich in einem früheren Leben am Galgen geendet bin? Oder erwürgt worden bin? Ein solcher brutaler Tod könnte in meiner Seele doch Spuren hinterlassen.

Zur Kälte: Ich habe einmal in Schweden einen eiskalten Winter erlebt – und nie wider. Wir hatten im Haus (11 Zimmer auf drei Etagen verteilt) die typisch schwedischen Kachelöfen. Sie waren abends so heiß, dass wir unter der Bettecke ins Schwitzen kamen. Am Morgen war es schon wieder so kalt, dass wir kaum aus dem Bett kamen. Der Kachelofen war über Nacht aus gegangen und musste erst neu gefeuert werden. Das ganze Holz-Haus war im Winter kaum zu heizen, höchstens einzelne Zimmer.

Mein Leben umfasst nicht nur meine aktuelle Lebenszeit, sondern mehrere Inkarnationen. Natürlich kann ich mich nicht so daran erinnern wie an mein jetziges Leben. Doch ich spüre eine Seelen-Resonanz, die mich mit früheren Leben verbindet:

- ein Leben in der Zeit um Pythagoras in der heutigen Türkei
 - ein Leben bei den Katharern in Südfrankreich
 - ein Leben in Russland (in Sibirien als Nomade)
 - ein Lebensende am Galgen oder erwürgt
 - ein Leben bei den Wikingern in Schweden
 - ein Leben in Ostdeutschland in der Nähe von Polen
- („Mein Herz schlägt Ossi.“)

Das ist doch schon eine ganze Menge! Natürlich lässt sich nichts wissenschaftlich beweisen. Unsere materialistische Wissenschaft ist eine vierdimensionale Flachland-Wissenschaft. Schön bei der fünften Dimension, der Dimension der Seele, ist sie völlig überfordert, als ob ein Erstklässler vor einer Abitursprüfung stehen würde. Wenn sie ihre Beschränktheit wenigstens einsehen würde. Doch ihr Omnipotenzwahn der Unfehlbarkeit nervt.

Die Rache von Evas Töchtern – das Ende des Patriarchats

Die „Evas“ sind die Generation der emanzipierten Frauen der sechziger Jahre des letzten Jahrhunderts, heute also etwa 60 bis 70 Jahre alt. Viele von ihnen haben Töchter, die heute vielleicht 30 sind (manche haben auch schon Enkelinnen). Natürlich sind diese Töchter von ihren Müttern feministisch kultiviert worden, sind starke, mutige, intelligente und schöne Frauen. Ich sehe in ihnen eine Kraft, die an den Säulen des Patriarchats rüttelt. Machen wir uns bewusst: Vor dem Patriarchat „herrschen“ keinesfalls die Frauen (das Missverständnis von „Matriarchat“). Frauen haben nie geherrscht (höchstens in der Saga der Amazonen): Es gab aber eine „matrilineare“ Abstammung: Die Mutter des Kindes war eindeutig, nicht aber der Vater. Die Mutter wusste, wer sie als Vater geschwängert hat: Es war ihr Geheimnis und ihre Macht. Stell dir nun vor, in einem Stamm rothaariger Menschen kommt plötzlich ein blondes Baby zur Welt. Dem Mann fällt auf: Unser Briefträger (kleiner Scherz) ist blond!! Kurz: Dem Mann fällt auf, dass sein kleiner Sohn keine Ähnlichkeiten mit ihm hat, eher einem anderen Menschen ähnlich ist. Als mein Sohn geboren wurde, hieß es: „Ganz der Papa!“ Ich dagegen konnte mich in dem schrumpeligen und deformierten Gesicht des Neugeborenen nicht wiedererkennen. Mir scheint dies eher ein Ritual der Mütter über viele Generationen gewesen zu sein, nach der Geburt des Sohnes laut auszurufen: „Ganz der Papa!“, damit dieser gar nicht erst auf abwegige Gedanken kommt.

Warum ist das so ein Drama, wer der leibliche Vater ist? Langsam setzte sich das Privateigentum in dem Stamm durch – und der Vater wollte sein Eigentum im Falle des Todes an seinen Sohn vererben. Also wollte er keinen Kuckuck (in der Formulierung schlimmer noch: „Bastard“) in seinem Nest haben, sondern seinen leiblichen Sohn. Diese selbstbewussten Evas („Mein Körper gehört mir!“) wurden immer mehr unterdrückt, gezähmt und gezüchtigt, um über die Vaterschaft keinen Zweifel aufkommen zu lassen (heute reicht ein DNA-Test) – bis sich das Patriarchat über Jahrhunderte durchsetzte.

Eine weitere Hilfe beim Aufschwung des Patriarchats waren Naturkatastrophen (die sieben biblische Plagen). Die Frauen beteten ohne Erfolg zu ihren Göttinnen, die sie nicht mehr vor der großen Katastrophen beschützten. Die große Göttin versagte in den Augen der Menschen. **Die Männer entwickelten einen neuen Kult: Ihr Gott wurde ein Mann, ein Vater.** Die große Mutter wurde über Jahrhunderte von einem „Gott Vater“ ersetzt. Er wurde zudem zum Kriegsgott. Aus Venus und Aphrodite wurden Ares und Mars¹¹³. Die „Herrschaft“ (oder Damenschaft) muss sich auch im Himmel als von Gott kommend abbilden.

113 Die jeweils griechische und römische Variante

Im Patriarchat hieß es: MANN = ANTI-FRAU. Heute kippt die Sache um: FRAU = ANTI-MANN. Das kann nicht funktionieren. Es geht um das PAAR - aber nicht im illusorischen Hollywood-Glanz der hypnotischen Liebesfilme. Die Zukunft gehört dem karmischen PAAR, die „ewige Liebe“ über viele Inkarnationen, bis selbst Jesus und Maria Magdalena eifersüchtig werden (kleiner Witz). Die EVAS brachten die sexuelle Befreiung ins Bett, Evas Töchter bringen sie auf die Straße. Ich habe es in Schweden tatsächlich erlebt, dass ein junges Pärchen auf der Straße hemmungslos „gefickt“ hat. („Why don't we do it on the road?“)

Ich hatte ein weiteres Schlüsselerlebnis im Zug der SBB (Schweizer Bahn). Eine jungen Frau war mir schon am Bahnhof in Aarau aufgefallen: mit einer äußerst engen „Leggins“ in Elasthan, hauchdünn und hauteng. Im Zug selbst stand sie an der Tür und hielt sich an der Türstange fest. Es war absolut „heiß“¹¹⁴, wenn ich mich so ausdrücken darf: jede Ritze im Po und Zwischenbein war zu sehen. Ich glaube, wenn sie dort nackt gestanden hätte, hätte es nicht „heißer“ sein können.

Es erinnerte mich an einen Film mit Judi Foster: „Angeklagt“ (1988), ein Film, der sie als junge Schauspielerin sehr aufreizend darstellt – doch am Ende von mehreren Männern in einer Kneipe vergewaltigt wird.

114 Der Begriff „heiß“ scheint mir recht modern zu sein – ich assoziiere damit: „fick-bereit“ - Phallus und Fotze. Wie früher die Anglizismen die deutsche Sprache überfluten, sind es heute vulgäre Begriffe aus dem „Straßendeutsch“.

Die Moral des Films – gleichgültig wie sexistisch eine Frau gekleidet ist, kann dies nicht als Vorwand herhalten und den Männern einen Freischein geben, sie zu vergewaltigen mit dem Männer-Argument: „Sie hat mich angemacht! Selbst in Schuld!“

Auch hier noch ein Gedanke zur Wortwahl: **„Frauen machen an.“** Diese Ausdrucksweise suggeriert, dass Männer im Grunde ein schlafender Vulkan sind, den die Frauen aber durch ihre sexuellen Reize und „Anmache“ „entzündet“: Die Aktive ist die Frau, der Mann das „arme Opfer, das arme Schwein“ ihrer sexuellen Reize. Dagegen suggeriert die männliche Variante **„Männer reißen auf“** die ganze Gewalttätigkeit des männlichen Eindringens: ihre Beine aufreißen und den schussbereiten Colt rein gestoßen.

Ehrlich: Es stört mich (als alter Sack), wenn Frauen (Evas Töchter) dermaßen aufreizend in der Öffentlichkeit sind, dass ich willenlos die Augen nicht abwenden kann. Ich denke: So viel Sex gehört ins Private. Und noch eine Schippe drauf: Meine Mutter und meine Oma haben noch Kopftuch getragen; ich denke wohl in erster Linie, um ihre Haare vor dem Staub der Straße zu schützen – und nicht vor Männerblicken. Andererseits bekomme ich ein Verständnis für die arabische Kultur, in der Frauen in der Öffentlichkeit mit Kopftuch bedeckt und verschleiert sind. Ich nehme die arabischen Frauen und Männer als die „heißesten“ auf dem Planeten wahr und kann mir gut vorstellen, dass diese Frauenbekleidung ein Schutz vor männlicher Übergriffigkeit waren und sind.

Dass diese Kultur in dieser Hinsicht so rigoros ist (Todesstrafen), ist für mich ein Zeichen, wie dünn das Eis ist, wie das Feuer der Leidenschaften unter der Oberfläche brodelt. Und ich denke, Evas Töchter spielen auch mit dem Feuer. Natürlich haben sie ein Recht darauf, sich sexistisch zu kleiden, wenn sie die Verantwortung für ihren so inszenierten Aufruhr übernehmen. **Keine Frage: Das ist die freiheitliche Gesellschaft – oder aber ihr Schatten??!** Ich bekomme ganz im Sinne Poppers Zweifel an der Vollkommenheit der puren Demokratie.

Es hat sicherlich auch mit der Kultur des Narzissmus zu tun – und ich denke, **weiblicher Narzissmus kann sich in einer sexistischen Mode voll ausleben.** Ihr Auftreten ist die moderne Variante des Märchens: „Die Rattenfängerin von Hameln“: Frauen als Rattenfänger (Männer als Ratten – mal etwas anderes als arme Schweine ...)

Als Mann ziehe ich mich von der Straße oder Badeanstalten zurück und sehe mir solche sexistischen Orgien wie den ESC nicht mehr an. Da übernehme ich die Verantwortung für mich und die „Reinheit und Unbeflecktheit meines Herzens“. Ich bin vor einem halben Jahrhundert auch Sympathisant der Grünen gewesen. Die grünen Frauen waren anders gekleidet: zurückhaltend, nicht aufreizend, weite Hosen, BH-tragend, kaum Figur zeigend. Sie waren nicht anmachend. Ich habe dies auch Jahrzehnte später in einem Retreat in Indien erlebt: Hier gab es sogar einen Männer- und Frauen-block, alles strikt getrennt, kein Hauch Erotik zwischen den Geschlechtern. Es war sehr angenehm, denn es ging um Erleuchtung und nicht um Erotik: strikte Trennung.

Eine solche sexistisch-narzisstische Kultur führt auch die weiblichen Reize in die Inflation, und die erotische Spannung nimmt zwischen den Geschlechtern immer mehr ab, da hilft dann auch keine „Reizwäsche“ mehr. **Das ganze Sexistische gehört zu unserer Suchtgesellschaft.** Ich bin mir sicher, dass das Pendel irgendwann wieder umschlagen wird, wie alles, was wir in Übermaßen konsumieren.

Ich hatte beim Beenden meiner Rauchersucht vor Jahrzehnten einen Trick: Als ich beschloss, endgültig aufzuhören (nach fünfmaligen vergeblichen Versuchen), rauchte ich den stärksten schwarzen Tabak (Roth-Händle ohne Filter) auf Kette – bis mir kotzschlecht wurde. So verband mein Körper mit „Rauchen“ keinen angenehmen Genuss mehr, sondern den reinsten Horror. Mein Körper bekommt schon Brechreize, wenn ich nur an Zigaretten denke.

Alles in allem: Es liegt in der Entscheidung jedes einzelnen, ob Mann oder Frau, wie öffentlich das Sexuelle gelebt wird. Das Thema scheint mir klar zu sein: **Heilung unserer Suchtgesellschaft und narzisstischen Kultur, wie immer sie sich auch zeigt.**

Am Ende steht dann der Satz: Alle Männer sind Schweine!

Irgendwann erkannte ich: Viele meiner Freundinnen hatten Missbrauchs-Erfahrungen. Das erste Mal für mich war es sehr krass:

Ich hatte im Studentenwohnheim eine Nachbarin. Wir lernten uns kennen – und hatten ein erotisches Kennenlernen: eine Motorradfahrt (sie umschlang mich fest) zum Baden an einem nahen Fluss (Wupper). Irgendwann landeten wir in ihrem Bett und mein Phallus in ihrer ziemlich trockenen Scheide. Sie lag da wie ein Brett – ohne jede Erregung. Ich konnte nicht weiter machen, kein Brett ficken, zog ihn noch erigiert raus und verabschiedete mich. Als ich dann alleine war, war es mir klar, dass sie wohl eine missbrauchte Frau war, die bei unserem Sex zum Brett erstarrt. Sie hatte gelernt, es über sich ohne eigene Lust ergehen zu lassen. Mein Verhalten war nicht gerade heldenhaft. Es war meine erste Erfahrung mit einer offensichtlichen missbrauchten Frau. Ich fühlte mich eher hilflos und hatte die Flucht ergriffen. Ich habe sie wohl durch meinen wortlosen Abgang auch beschämt.

Aber immerhin: Ich war sensibel genug, um wahrzunehmen, dass hier bei der Frau etwas nicht stimmte, sie nicht wirklich dabei war, sie nicht wirklich Freude hatte und den Sex nur über sich ergehen ließ. Es war einseitig und ich konnte nicht in ihr bleiben. Es war keine Resonanz da, unsere Körper wollten sich offensichtlich nicht vereinigen.

Eine andere Frau, sie war Friseurin, zeigte eine ganz andere Reaktion: Sie erzählte überall herum, dass sie jetzt einen neuen Freud habe, der Schriftsteller sei! Als sie mich zu Hause besuchte (mein Bett war bereit) legte ich wieder mit meinem langatmigen Vorspiel los, da machte sie mich an: „Was soll das Rumgefummel? Ich will gefickt werden.“ Sie war für Erotik völlig unempfindlich und brauchte wohl den Sex, um sich überhaupt noch körperlich zu spüren. Ich war total schockiert – doch sie erzählte mir dann ihre Geschichte: Sie wurde wohl schon als kleines Mädchen von ihrem Nachbarn „drangenommen“, zweimal pro Woche. Sie fand es nicht schön, wurde aber wenigstens beachtet und bekam immer eine Tafel Schokolade mitgebracht. Sie hatte keinen anderen Menschen, den sie einigermaßen lieb haben konnte. Anders wurde sie nicht berührt und kannte keine Nähe. Sie kannte keine Liebe, nur brutalen Sex – mit Schokolade „bezahlt“.

Eine andere Frau erzählte mir, dass sie als junges Mädchen auf einem Bauernhof gelebt habe. Sie wurde zum gemeinsamen Essen immer von dem „Knecht“ mit ihrem kurzen Röckchen auf den Schoß genommen, Sie wusste gar nicht, was da passiert: Der Typ rubbelte ihre kleine Scheide auf seinem Oberschenkel. Sie spürte, dass irgendwas in seiner Hose hart wurde, hatte aber keine Ahnung, was da passierte. Als sie später erwachsen wurde, verstand sie alles und ärgerte sich, dass keine der anderen Erwachsenen am Tisch eingriff und sie beschützte hat.

Wieder eine andere Frau erzählte mir, dass sie bei einem Besuch in Schweden im Ferienlager irgendwann von einem Schweden angemacht wurde, sie aber nicht wollte. Es gab eine wilde Verfolgungsjagd bis sie am Ende nicht mehr konnte und er über sie herfiel. Die Frau war sehr sexy und machte Männer gerne an, ohne sie zu nahe kommen zu lassen. Es schien mir, als ob sie sich an Männern rächen wollte.

Mit diesen Missbrauchserfahrungen von befreundeten Frauen bin ich wohl sehr zurückhaltend geworden. Ich mache eine Frau nicht körperlich an und warte darauf, dass sie sexuelles Interesse zeigt und aktiv wird. Ich schreibe aber gerne so etwas wie „Liebesbriefe“, in der ich meine Gefühle der Frau mitteile und sie quasi einlade, den nächsten Schritt zu machen.

Es war schon bei meiner ersten Freundin Elke (der ich das Buch gewidmet habe). Sie ging noch mit einem Typen aus meinem Gymnasium: Es war in den Pausen deutlich zu erkennen, wenn sie zu zweit durch den Schulpark in den Pausen flanierten. Ich schrieb Elke einen „Liebesbrief“ mit Schreibmaschine, dozierte darin etwas über die Zerstörung der Liebe durch die kapitalistische Warenbeziehung (Ich hatte das Buch von Dieter Duhm gelesen) und hatte ihr Herz im Sturm erobert! Ich hatte Elke in ihrem eigenen Intellektualismus angesprochen und eine Basis für unsere Kommunikation gefunden. Ich war damals vier Jahre älter als sie, was – wie ich denke – auch eine Rolle gespielt hat. Sie brauchte einen relativ „reifen Mann“, den sie wohl in mir sah.

Ich war schon als „Rädelführer“ der oppositionellen Schülerbewegung an unseren drei Leverkusener Gymnasien bekannt, ein Führertyp. Elke brauchte einen Mann, zu dem sie aufschauen konnte. Ich hatte in meinem Elternhaus ein Jugendzimmer. Wenn Elke bei mir war, war die obere Etage für alle anderen Familienmitglieder tabu. Sie waren wirklich sehr rücksichtsvoll und ließen uns in Ruhe unsere Erfahrungen miteinander machen. Bald schon lagen wir beide nackt in meinem Bett. Wir küssten uns, „bis dass der Arzt hätte kommen müssen“. Dann waren meine Eltern ein paar Tage weg, wir bereiteten Elkes „Entjungferung“ vor: Ich besorgte eine dünne Plastik-Plane vom Baumarkt, das Bettlaken wurde so geschützt! Selbst den Blutfluss eines geschlachteten Schweins hätten wir unbemerkt beseitigen können. (Was hatten wir für eine Horror-Vorstellung von „Entjungferung“!) Doch als wir dann auf der quietschenden Plane lagen unter dem Druck „Jetzt oder nie!“, hatte ich keine Erektion. Gott, ich war vielleicht 21! Irgendwas Merkwürdiges war im Raum.

Kaum 14 Tage später war klar, dass Elke in Münster Medizin studieren würde, für mich damals eine Weltreise. Wir kannten keinen anderen Weg als uns zu trennen, um uns frei zu geben. Ich heulte gefühlt zwei Tage durch. Ich habe mir lange Gedanken gemacht, was da mit mir los war und fand nur eine plausible Erklärung: Ich war im letzten Leben noch eine Frau, inkarnierte über lange Zeit wieder in einem männlichen Körper und hatte noch kein männliches „Stand-vermögen“. Der Sex zwischen Elke und mir hatte die Qualität einer lesbischen Beziehung:

Ich liebteste ihren Körper als sei es meiner, als würde ich mich noch einmal von meinem Körper als Frau verabschieden.

Als Elke mit ihrem Studium in Münster fast fertig war und in Norwegen praktizieren wollte, lud sie mich ein. Ich fuhr mit einem Landbus von Leverkusen nach Münster¹¹⁵. Wir hatten uns viel zu erzählen. Auch politisch waren wir beide LINKS aktiv und tauschten uns aus. Als ich wieder in den Bus zur Heimfahrt stieg, rief sie mir noch nach: „Jürgen, ich habe hier einige Sexpartner gehabt, aber der Sex mit dir war mein schönster!“

Ich war völlig überrascht. Ich hatte es nicht verstanden, fühlte ich doch bei ihr eher als Versager. Viel später las ich die ersten Bücher über „sanften Sex“ und bekam eine Ahnung, was Elke gemeint haben könnte. (Wir haben wohl vor allen Dingen sanft unsere erogenen Zonen erkundet und aktiviert, kein Quadratzentimeter ungeküstet, stundenlang ein einziger Kuss.) Wir konnten unsere Körper gegenseitig genießen. Und es war gut so!

Elke hat mir geholfen, meinen Weg der Liebe und Zärtlichkeit als Mann zu finden. Später sagte eine Frau zu mir: „Jürgen, du liebst wie eine Frau“. Ich hatte noch keine Ahnung, was sie meinte. Sie klärte mich auf: Ich wäre für sie kein „Ficker-Typ“, sondern ein echter Liebhaber.

115 Später studierte ich selbst an der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster Pädagogik.

Übungen in „bedingungsloser Liebe“

Wenn wir „bedingungslose Liebe“ lernen wollen (und das sollten wir als Hauptlektion des Lebens unbedingt!), dann sollte es Übungen dafür geben, vielleicht sogar ultimative Pflicht-Übungen gegenüber Kür-Übungen. Ich denke, es gibt Hunderte von möglichen Übungen. Das Problem ist:

- Es macht wenig Sinn, solche Übungen in diesem Buch zu besprechen; es wäre eher etwas für ein separates Arbeitsbuch.
- Doch ein Buch ist gar nicht erst ein passendes Medium für solche Übungen. Ein Online-Kurs wäre das schon, am besten jedoch ein Präsenzkurs. Darauf will ich hinaus.

Beim Schreiben des Buches ist mir eingefallen, dass ich vor Jahren (2009) mit meiner Freundin Gudrun ein solches Wochenendseminar im „Seminarhaus Havixbeck“ gehalten habe: **„Das Geheimnis glücklicher Beziehung. Der Liebe eine neue Chance“**. Den Seminarordner habe ich heute noch, wenn auch leicht ramponiert. An dem Seminar nahmen drei Paare und drei Singles teil. Es gab ein „Skript zur Vorbereitung auf das Seminar“ und ein **HANDOUT** zum Seminar: **Perlen** für eine glückliche Beziehung. Das Seminar hatte eine Internetseite:

„www.seminarhaus-havixbeck.de“,

die heute aber nicht mehr existiert. Das war damals schon ein gutes Konzept und ist es heute noch.

Ich will daran anknüpfen und all das um dieses Buch herum wieder aufbauen.

Zunächst scheint es mir sinnvoll zu sein, eine Tabelle mit den Kategorien für die möglichen Übungen zu erstellen, um zu erkennen: In welchem Bereich sind wir gut und wo haben wir Nachholbedarf?

	Ich	Wir	
körperlich			körperlich
emotional			emotional
geistig			geistig
spirituell			spirituell

Wir haben **zwei Gruppen von Übungen** a) Übungen für sich selbst und b) Übungen zu zweit (die beiden leeren Spalten)

Dann können wir **vier Arten von Übungen** unterscheiden: a) körperliche, b) emotionale, c) kommunikative und d) partnerschaftlich-spirituelle. Die obige Grafik hilft, die Übungen zu klassifizieren und eine gewisse Ausgewogenheit der Übungen zu gewährleisten. Hier nur ein paar Beispiele für Pflichtübungen:

- Körpermassage: Wir massieren jeweils den anderen für eine Stunde mit Massageöl (in der hohen Schule: Tantra-Massage)
- Können wir ein Beziehungstagebuch führen, das wir gemeinsam bestücken?

- Einer sitzt auf einem Thron (mit Papierkrone und Verkleidung?), der andere sagt, was er alles an ihm als königlich bewundert.
- Gemeinsam nackt schlafen: sich nicht anmachen und stimulieren und den Körpern erlauben, nachts noch im Halbschlaf die Nähe zu suchen. Wir wollen ganz bewusst die Anziehung unserer Körper (ohne Kopfkino) erleben und unseren Kopf bewusst abschalten. Wenn es zum Sex kommt, dann die Körper und Geschlechtsorgane einfach machen lassen: natürlicher Sex.
- Zuhören: Der Partner spricht fünf Minuten, ohne unterbrochen zu werden. Nach den fünf Minuten wiederholt der andere das Gesagte mit eigenen Worten. Der erste Sprecher sagt, ob er sich verstanden fühlt.
- Mindestens einmal am Tag essen wir gemeinsam und nutzen diese Zeit, uns über den Tag auszutauschen. Zu zweit haben wir auf alles zwei Perspektiven. Können wir die beiden Perspektiven zu einer höheren Wahrnehmung integrieren?
- Wir suchen uns eine wöchentliche „Quality-Time“, um über unsere Beziehung zu sprechen: Was hat dir besonders gefallen? Was möchtest du künftig anders erleben? Welche Pläne machen wir? Vielleicht nehmen wir uns auch gemeinsam ein Buch über vollkommene und tauschen uns darüber aus. (Wie wäre es mit diesem?)

- Wir entwickeln ein gemeinsames Projekt (wie z.B. eine gemeinsame Reise / die Einrichtung einer gemeinsamen Wohnung / das gemeinsame berufliche Arbeiten) und werkeln zusammen. Später sagt jeder ehrlich, wie er die Teamarbeit empfunden hat. Was fehlt und noch, um ein Dreamteam zu werden?

Bei allen Tagesaufgaben, die zu bewältigen sind, gibt es auch Themen, die die Evolution unserer Beziehung anstehen:

- **Selbstliebe jenseits von Narzissmus**

Die Selbstliebe scheint das naheliegende Übungsfeld für „bedingungslose Liebe“ zu sein. Es ist unbedingte Pflicht! Doch der Schein trügt. Das Trügerische ist die Falle des Narzissmus. Wenn wir keine reife Liebe an anderen „Liebesobjekten“ wie den Eltern gelernt haben, gleitet unsere Selbstliebe leicht in Narzissmus ab und wir bleiben in dieser Pseudo-Selbstliebe.

- **Elternliebe**

Die Elternliebe ist der Schlüssel zur Selbstliebe. Solange wir die Eltern nicht bedingungslos lieben können, hat Selbstliebe kaum eine Chance. Wenn wir unsere Eltern verachten, gar hassen, werden wir uns nie selbst lieben können und fallen in den Selbst-Haß. Elternliebe ist absolute Pflicht! Wenn wir dazu nicht spontan in der Lage sind, so braucht es eine Phase der Vergebung. Alles, was wir unseren Eltern, Vater und Mutter, vorwerfen, braucht das läuternde Fegefeuer der Vergebung.

Wenn wir in unseren kindlichen Mutter- und Vaterwunden verharren, verhindern wir unser Erwachsenwerden, hat bedingungslose Liebe keine Chance. Gerade an unseren Eltern können wir Bedingungslosigkeit lernen: Lieben ohne Wenn und Aber. Also ob sie die Vertreter Gottes seien – und wahrscheinlich sind sie es auch. Wir brauchen Lehrer für unsere spirituelle Entwicklung. Und unsere Eltern sind (bei all ihrer Beschränktheit) sicherlich unsere „Grundschul-Lehrer“, die allen Respekt verdienen. **Ohne Elternliebe – keine Selbstliebe.** Vergessen wir nicht: Wir haben uns sie doch vor unserer Zeugung ausgesucht! Ein Verachten unserer Eltern wirft ein schlechtes Licht auf uns selbst. Haben wir bei der Wahl unserer Eltern versagt – oder erkennen wir sie nicht als unsere ersten spirituellen Lehrer? Geh davon aus, das Letzteres der Fall ist.

- **Gottesliebe und Naturliebe**

Der ultimative Schlüssel zur bedingungslosen Liebe ist tatsächlich die Gottesliebe. Gott erwartet keine Wenn-Dann-Liebe von uns. Es muss aber eine richtige Liebe sein, ein tiefes Gefühl und kein Nachbeten von Frömmigkeit. Gottesliebe erlaubt keinen Rassismus und keine Ausländerfeindlichkeit. Diese allumfassende Gottes-Liebe umfasst die ganze Schöpfung, hat auch als Aspekte das Gefühl von Ehrfurcht und Demut. Du kannst dir in der Natur ansehen, was du willst – auch einen Nachthimmel. Der Schlüssel ist Achtsamkeit.

Man kann durch die Schöpfung wie ein Blinder schlafwandeln, oder sie mit allen Sinnen wahrnehmen: mit nackten Füßen durch Gras wandern, mit offenen Ohren (und geschlossenen Augen) durch die Geräuschkulisse eines Waldes gehen und im „Wald baden“. Gute Übung: Du gehst mit verbundenen Augen, dein Partner begleitet dich und achtet darauf, dass du dich nicht verletzt. Er korrigiert deinen Weg sanft. Oder nachts bei wolkenlosem Himmel in den Kosmos der Sterne eintauchen, sich im Universum verlieren.

Wir sind durch die „modernen Medien“ so sehr von der Natur entfremdet, dass sie uns schon fremd geworden ist. Wer sammelt schon Wildkräuter, Pilze, Beeren in der Natur und erlebt, was wirkliche Lebensmittel sind? Jeder liebevoll gepflegter Garten ist ein Paradies¹¹⁶. Das ursprüngliche Paradies der Menschheit war noch vor dem Ackerbau ein mit den Händen und Grabstock angelegter Garten und Felder: Wildpflanzen wurden zu Kulturpflanzen wie die vielen Getreidesorten.

116 Das Paradies war nicht ein biblischer Ort, sondern ein ursprünglicher Lebensort im Nahen Osten, im Zweistromland an Euphrat und Tigris in Mesopotamien (Syrien – Irak). Hier entstammt der älteste überlieferte Epos der Geschichte: das Gilgamesch Epos der Stadt Uruk, etwa 3.000 v.Chr. Es ist ein wesentlich wichtigeres Epos für den Ursprung des Menschen als „Adam und Eva“, das jeder in der Schule lernen sollte, wichtiger als die Reisen des Odysseus. Unsere kulturellen Ursprünge sind nicht nur griechisch, sondern auch persisch, worauf wir uns neu besinnen sollten!

- **Talente (spezielle Gaben Gottes)**

Sobald wir erkennen, dass das Göttliche uns mit speziellen, originellen Talenten ausgestattet hat, und wir diese Talente für unsere Persönlichkeitsentwicklung nutzen müssen, können wir in unseren Talenten Geschenke des Göttlichen erkennen. Wir sollten uns über unsere Talente bewusst werden und dem andern helfen, diese zur Entfaltung zu bringen. Jeder Seelenweg ist eine Entfaltung der Gaben.

- **Lebensvision**

Eine Lebensvision bekommen wir nicht unbedingt geschenkt und müssen sie uns zumindest in der Konkretisierung ausformen. Der Weg zur Realisierung der Lebensvision ist der Weg der Freude. So wird unser Leben in der Grundstimmung zur Freude. Wenn wir im Leben keine Freude empfinden, sind wir nicht auf unserem Lebensweg.

- **Lebensaufgabe als WIR**

Wenn wir als Einzelne alle diese Übungen gemeistert haben, dann werden WIR ALS PAAR auch eine gemeinsame Lebensaufgabe finden. Natürlich kann die gemeinsame Erziehung eigenen Kinder diese Aufgabe sein (wie es traditionell der Fall ist), muss es aber nicht. Vielleicht führen wir als Selbständige auch eine gemeinsame Firma. Oder wir übernehmen ehrenamtlich eine gemeinsame Aufgabe in der Gemeinde.

Es gibt einen schönen Spruch: „Gemeinsam bin ich besser. Gemeinsam sind WIR besser.“ Welcher Lebensaufgabe widmen wir uns? Erkennen wir eine WIR-Lebensaufgabe als Paar?

Nachleben

Ich will kein Nachwort zu diesem Buch schreiben, sondern ein „Nachwort zu meinem Leben“ (lies: Nachleben, aber lange noch keinen Nachruf!): Was habe ich in dieser Inkarnation Fundamentales gelernt? Was waren meine wichtigen Lehren in meinem Leben bis zum aktuellen Stand? Was habe ich an Karma-Belastung gelöst?

- **Ich glaube, ich bin beim Thema LIEBE komplett desillusioniert.** Und ich denke, Liebe kann nicht funktionieren, wenn man sich gegenseitig zu Therapeuten macht. Liebe ist immer heilsam, wir sollten aber keine Liebe als „Ersatz-Therapie“ eingehen wie „Hilf mir meine Vaterwunden zu heilen!“ So funktionalisieren wir die Liebe um – und sie kann nicht bedingungslos sein. Meine Desillusion galt der Ver-Liebtheit und der Rolle von Sex, als Ausdruck eines Suchtrausches der eigenen Bedürftigkeit. Echte Paare-Freundschaft ist viel wichtiger.

Am guten Ende einer Beziehung steht dann der Satz: „Lass und Freunde bleiben!“ Wären wir doch jenseits von Rausch und Beziehungssucht die schon schwierige Herausforderung eingegangen (bevor man im Bett landet): **„Lass uns vor allen Dingen beste Freunde und Komplizen sein und uns gegenseitig unterstützen, wo immer wir Hilfe brauchen!“** Ich denke statt „Ich liebe dich!“ – sollte der Satz stehen: „Kannst du mir bei meinem Problem ... als Freund(in) helfen?“

Mit anderen Worten: die Beziehung gleich von Anfang an auf dem Sockel der „bedingungslosen Freundschaft“ aufbauen und nicht als tröstende Abschiedsworte gebrauchen.

- **Ich glaube, das Hauptthema meiner aktuellen Inkarnation war/ist: bedingungslose Selbstliebe lernen.** Und das ist keine leichte Lektion – gut für eine ganze Inkarnation! Ich war die meiste Zeit meines erwachsenen Lebens alleine, in keiner Beziehung (obwohl ich schon etwa 20 Beziehungen hatte, gerechnet an Kuss-Beziehungen als anfänglicher Intimität). Doch das Paradox ist: Wir können nicht als Eremiten lernen, uns selbst zu lieben, sondern nur im DU und WIR. Wir lernen auch, nicht in den Narzissmus abzustürzen.
- **Auch ohne Reinkarnations-Therapie bin ich mir sicher, dass ich in meinem letzten Leben eine Frau war, in dieser Inkarnation seit langem wieder als Mann inkarniert bin.** Ich habe viel Weibliches (oft als „Softy“ etikettiert und diffamiert) und würde leicht als „Frauenverstehender“ durchgehen: Ich habe Frauen so geliebt, als seien sie ein Teil meiner Seele: zu Hause angekommen. Anfänglich dachte ich noch: Klarer Fall – Muttersöhnchen! Doch es war nicht meine Mama, die ich als kleines Kind vergöttert habe. Es war die „innere Frau“ in mir, die über viele Inkarnationen (im Wechsel) herangereift ist. Meine Weiblichkeit als Mann kommt von meiner „inneren Frau“, die nicht mehr verdrängt werden muss.

- **Ich denke, ich bin in meiner „Mannzipation“ (wie ich es genannt habe) – die Befreiung als Mann – in dieser Inkarnation ein gutes Stück voran gekommen.** Um es kurz zu machen: Berufliche Selbständigkeit (seit November 1989) als EPU¹¹⁷ fordert den „ganzen Mann“ – auch bei einer Frau. Auch das ist der Grund, dass so viele Menschen heute den Schritt in die Selbständigkeit wagen. Viele scheitern anfänglich, was zeigt, dass erfolgreiche Selbständigkeit eine große Herausforderung ist. Der Erfolgsfaktor ist weniger eine clevere Marketing-Strategie, sondern eine bewusste Persönlichkeits-Strategie. Je größer wir als Menschen wachsen, desto größer kann unsere Firma wachsen.
- **Ich mache einen Unterschied zwischen „Seelenpartner“ und „Dualseele“.** Liebende sind nach meiner Erfahrung immer „Seelengefährten“, die sich aus einem früheren Leben (in welcher Konstellation auch immer) „wiedererkennen“, offen gebliebene Karmapunkte (wie offene Rechnungen) ausgleichen müssen.
- **Sein echtes „Seelendual“ zu treffen, deutet schon die „letzte Inkarnation“ für beide an.** Ich finde diese antike Vorstellung der Dualseele (Platon) als „Kugelwesen“ schon sehr hilfreich als Metapher der geschlechtlichen Entzweiung und Anziehung.

117 EPU = Ein-Personen-Unternehmen

Als Dualseele haben wir in unseren getrennten Inkarnationen einmal als Mann, einmal als Frau genug gelernt, dass wir reif sind für die „**finale Show der ewigen Liebe als Dualseele**“. Das macht für ich absolut Sinn, wenn wir die ganze Schöpfung als „Akt der Liebe“¹¹⁸ verstehen.

- **Die Sex-Reize einer Frau können sich für einen Mann wandeln.** Mir ist etwas Seltsames aufgefallen: In jungen Jahren war für mich der primäre weibliche Sex-Reiz ihre Brüste. Ein tief ausgeschnittenes Dekolletee von ihr, wippende BH-freie Brüste konnte mich verrückt machen. (Offensichtlich klar: Ich bin als Säugling von meiner Mama ein Jahr gestillt worden: Brüste = Nahrungs- und Lebens-Quelle). Heute in meinem Alter ist es eher die Arschform einer Frau, die mich um den Verstand bringt. (Beim Nachdenken ist mir klar geworden: Früher nahmen die Männchen die Weibchen von hinten – der Sexreiz eines weiblichen Hinterns war entscheidend.¹¹⁹)

118 Teilhard de Chardin nannte diese Sichtweise der Evolution: „Amorisation“ – die ewige Formwandlung der Göttlichen Liebe

119 Mir scheint dies aber auch eine Modeerscheinung zu sein: So werden die Leggings der Frauen immer enger – und zeigen jede einzelne Falte. Mit ist es im Zug aufgefallen: Eine junge Frau stand an der Zugtüre und hielt sich an einer Stange fest – sie war mit einer solchen arschbetonten Leggings bekleidet. Ich saß auf einer Sitzbank und konnte bei bestem Willen meinen Blick nicht von ihrem Arsch lassen. Ich hatte keine Chance, ein innerer Trieb war stärker als meine Moral, meine Augen waren außer Kontrolle. Im Nachhinein war ich richtig sauer, dass weibliche Mode so „aufreizend“ sein kann, dass du als Mann keine „Herrschaft“ mehr über deine Augen hast. Ich fühlte mich im höchsten Maße manipuliert, „an der Nase herumgeführt“.

- Apropos Hintern: Eine Freundin sagte zu mir einmal: „Jürgen, du hast einen Knackarsch!“ – ich wusste überhaupt nicht, was sie meinte. Auch hatte ich meinen Arsch noch nie gesehen – auch nicht im Spiegel. Ich lebte damals noch mit Sohn und Enkel in Südfrankreich unter einem Dach. Ich schaute mir bewusst ihre Hintern-Teile an, die ähnlich waren und etwas „Knackiges“ hatten: starke und sportlich trainierte Arsch-Muskulatur (sicher gut durchblutet). Als intelligentes Kerlchen schlussfolgerte ich unwiderstehlich: Meiner wird in unserer biologischen Männer-Reihe wohl ähnlich geformt sein.¹²⁰ Ich bekam eine Ahnung, was meine Freundin mit „Knackarsch“ meine!

120 Wir haben als Männer aber keinen „Monsterschwanz“ – eher durchschnittlich. Ob es da einen Zusammenhang gibt? Mehr mit dem Arsch versprechen als der Schwanz dann halten kann?! Auch merkwürdig: Wieso nennt man den Penis überhaupt „Schanz“? Das scheint mir eine Verdrehung der Tatsachen zu sein.

Verwendete und vertiefende Literatur

Die hier aufgeführten Bücher habe ich nicht speziell und aktuell für dieses Buch studiert. Ich habe sie im Laufe meins Lebens innerhalb eines halben Jahrhunderts gelesen. Ich weiß nicht mehr, welchen Einfluss jedes einzelne Buch auf meine Denkweise hatte, ich weiß nur, dass es mich stark beeinflusst hat.

Ich habe folgende **Technik meines Schreibens** gefunden: Nachdem ich das Manuskript aus der Seele (wie auf Diktat) geschrieben habe, lasse ich es in einem ersten Proof drucken, die Version NULL des Buches, der Ausdruck des ersten Manuskripts. Die Prüfung des Manuskripts ist: Kann ich das Thema wirklich bis zum Ende „durchtexten“? Ist das Manuskript „in sich geschlossen“? Sind alle Teile ausgewogen oder hat das Buch einen starken Start, aber ein schwaches Ende, als ob ich nur noch Seiten füllen wolle?

Ich erstelle dann **eine Internet-Seite zum Buch** unter der Domain: www.wahre-liebe.one Der Begriff „wahre Liebe“ wird im Internet eher gesucht als „bedingungslose Liebe“. Der Domainname ist also den Suchmaschinen gegenüber ein Entgegenkommen. Die *.com-Domain war schon vergeben, mir schien die *.one-Domain ersatzweise passend.

Erst dann folgt mit der Diskussion des Proofs (Auflage NULL) im Freundeskreis ein erneutes Studium des Themas, **die überarbeitete und erweiterte Auflage des Buches, die 1. Auflage.**

Die angeführten Bücher studiere ich erneut und mache zu jedem Buch eine Rezension in einem Buch-Blog, www.wahre-liebe.one/literatur

Dabei erstelle ich schon einen **eLearning-Kurs zum Buch**. Lesen alleine verändert noch nicht viel. Ein eKurs kann das Studium vertiefen und Kontakt zu anderen am Thema Interessierten ermöglichen, eine Studiengemeinschaft aufbauen.

Nach dem Online-Kurs ist der nächste Schritt ein **Präsenz-Kurs (in der Schweiz) als Ferien-Akademie (im Kanton Luzern)**. Hier können wir uns persönlich kennen lernen und vor allen Dingen: **Praxis trainieren!** Dieser Kurs ist bewusst als „Ferien-Akademie“ ausgeschrieben. Nimm dir also mindestens 14 Tage, besser noch drei Wochen Zeit für den Kurs und genieße dabei die schöne Schweiz: **Entspannung pur in der Schweiz** ist ein didaktischer Bestandteil des Präsenzkurses als „Ferien-akademie“.

> Mehr und aktualisierte Infos auf:

www.wahre-liebe.one/ferienakademie

Die Bücher sind im Alphabet der Autoren und Autorinnen sortiert und tragen eine je eigene **Identitätsnummer in Buch**. Ich zitiere die Bücher im Text in der Kurzform. (03/17) bedeutet dann: Buch Nr. 3, Seite 17.

Als Erscheinungsort und Datum sind immer die deutsche Ausgabe angegeben. Alle Bücher sind Teil meiner privaten Bibliothek. Die fett hervorgehobenen Autoren und Autorinnen sind meine Favoriten

Dies ist nur eine „kleine Auswahl“ meiner ca. 5000 Bücher „übermenschlicher“ Privatbibliothek. Irgendwann hatte ich den Eindruck, wie andere eine Arbeitssucht haben, habe ich eine Büchersucht. Will ich das Gefühl übertünchen, ich sei in Wahrheit dumm?! Ich bezeichnete mich irgendwann statt Lebewesen als „Lesewesen“. Und trotzdem kam es mir so vor, als sein die Bibliothekarin meine Seele, die genau wusste, welche Bücher ich für mein Meisterwerk brauchen würde und half mir diese zu sammeln. Viele Bücher sind heute nicht einmal mehr antiquarisch zu erwerben. Andererseits habe ich überhaupt kein Zweifel daran, dass ich hier meiner Berufung folge als „Arbeit der Seele“.

Ich habe immer die Ausgabe der einzelnen Bücher benannt, die mir vorliegt. Andere Ausgaben werden gleich sein, wenn es keine überarbeiteten Ausgaben sind.

- (1) Alt, Franz: Liebe ist möglich. Die Bergpredigt im Atomzeitalter [1985 – München – Serie Piper 429]
- (2) -: Jesus – der erste neuen Mann [1990 – München – Piper Verlag]
- (3) Ahler, Amir und Samira: Das TAO des Erwachens. TAO-Weisheit für den Weg in die Freiheit [2003 – Niebüll -Verlag Videel]
- (4) Allen, Marcus: Tantra im Westen. Wege zur Einheit [1982³ – Dachsberg – Verlag Axel Dietrich]
- (5) Amarque, Tom und Markert, Bernd (Hg.): Was ist Liebe? Eine integrale Anthologie über die Facetten der Liebe [2010 – Hamburg – Phämomen Verlag]
- (6) **Anand, Margot:** Tantra oder die Kunst der sexuellen Ekstase [1990 – München – Goldmann Verlag]

- (7) -: Magie des Tantra. SkyDancing – die hohe Schule der Erotik für Paare und Singles [2003² – München – Goldmann]
- (8) -: Tantra – Weg der Ekstase. Die Sexualität des neuen Menschen [1997⁴ – Verlag Simon + Leutner]
- (9) Anthony, Carol K. und Hanna Moog: I GING. Das kosmische Orakel [2004 – München – Atmosphären Verlag]
- (10) Aristoteles: Von der Seele [1996 – München – dtv]
- (11) -: Texte zur Logik [1967 – München – rororo]
- (12) Bachmann, Verena: Die Macht des Weiblichen. Astrologische Symbolik im Spiegel des Wandels [2011 – Wettswil/Schweiz – Edition Astrodata]
- (13) Badinter, Elisabeth: Ich bin Du. Die neue Beziehung zwischen Mann und Frau oder Die androgyne Revolution [1987 – München, Piper Verlag]
- (14) -: Die Mutterliebe. Geschichte eines Gefühls vom 17. Jahrhundert bis heute [1984 – München – Piper Verlag]
- (15) Barth, Detlef und Burkhard Bierhoff: Revolution des Herzens. Durch Bewusstsein zur Selbstwerdung [1989 – Freiburg/Breisgau – Herder]
- (16) Bauer, Ingrid und Kurt: Tritt aus deinem Schatten. Der Quadrinity-Prozess und die Selbsthilfe-Therapie des Recycling [1990 – Wien – Herdwer & Co]
- (17) Berry, Thomas: Das Wilde und das Heilige. The Great Work – unser Weg in die Zukunft [2011 – Uhlstädt-Kirchhasl – Arun Verlag]
- (18) Bibel. Einheitsübersetzung [2017³ – Stuttgart – Bibelwerk]
- (19) Boldt, Laurence G.: Das TAO der Fülle. Vom Reichtum, der uns glücklich macht [2001 – Salzberg – Joy Verlag]

- (20) Borel, Henry: Wu Wei. Laotse als Wegweiser [2001¹² – Eroling – Drei Eichen Verlag]
- (21) Braunmühl, Eckhard von: Antipädagogik. Studien zur Abschaffung der Pädagogik [1980³ – Weinheim und Basel – Beltz-Verlag]
- (22) Brecht, Bertold: Me-ti. Buch der Wendungen [1969 – Frankfurt/M – Suhrkamp]
- (23) Buber, Martin: ICH UND DU [1997⁴ – Heidelberg – Verlag Lambert Schneider]
- (24) Burkhard, Gudrun: MANN UND FRAU. Integrative Biografiearbeit [2004² – Stuttgart – Verlag Freies Geistesleben]
- (25) Buschey, Monika: „Ich bin nichts ohne dich“ [2009 – Düsseldorf – Verlag Artemis und Winkler]
- (26) Capra, Fritjof: „Wendezeit. Bausteine für ein neues Weltbild“ [1983⁴ – Bern, München, Wien – Scherz Verlag]
- (27) Cater-Scott, Chérie: Wenn Liebe ein Spiel ist [2001 – München Heyne-Verlag]
- (28) -: Das Leben ein Spiel, und hier die Regeln [1999 – München – Goldmann Verlag]
- (29) -: Wenn Erfolg ein Spiel ist, sind dies die Regeln [2002 – München – Heyne Verlag]
- (30) Chang, Stephen T.: Das TAO der ganzheitlichen Selbstheilung [1998 – München – Heyne Verlag]
- (31) Chia, Mantak: Tao Yoga der Liebe. Der Weg zur unvergänglichen Liebeskraft [1978 – Frankfurt/M, Olten, Wien – Büchergilde Gutenberg]
- (32) Chia, Mantak u.a.: Feuerwerk der Lust. Mit den Geheimnissen des Tao zur sexuellen Erfüllung [2003³ – München - Goldmann]
- (33) Coolsaet, Bo: Der Pinsel der Liebe. Leben und Werk des Penis [2001 – Köln – Verlag Kiepenheuer und Witsch]

- (34) Dahlke, Ruediger: Mythos Erotik. Eine Lebenskraft tritt aus dem Schatten [2013 – Berlin, München – Scorpio Verlag]
- (35) Davis, Elizabeth Gould: Am Anfang war die Frau. Die neue Zivilisationsgeschichte aus weiblicher Sicht [1977 – München – Verlag Frauenoffensive]
- (36) **Day, Laura:** Praktische Intuition [1988³ – München – dtv]
- (37) -: PI in der Liebe. Mit Praktischer Intuition zur Erfüllung und Glück [1999 – München – dtv]
- (38) -: Mit PI zum Erfolg. Praktische Intuition für Karriere, Reichtum und Glück [2000 – München – dtv]
- (39) Debold, Elizabeth und Idelisse Malavé und Marie Milson: Die Mutter-Tochter-Revolution. Vom Verrat zur Macht [1994 – Reinbeck bei Hamburg – ROWOLT Verlag]
- (40) Deida, David: Der Weg des wahren Mannes. Ein Leitfaden für die Meisterschaft in Beziehungen, Beruf und Sexualität [2006 – Bielefeld – Kamphausen Verlag]
- (41) -: Nackt zur Wahrheit. Ein spiritueller Begleiter für Mutige durch Leben und Tod, Liebe und Sex [2007 – Bielefeld – Kamphausen Verlag]
- (42) **Duhm, Dieter:** Warenstruktur und zerstörte Zwischenmenschlichkeit, [1974² - Köln – Rosa Luxemburg Verlag]
- (43) -: Der Mensch ist anders [1976² – Lampertheim – Kübler Verlag]
- (44) -: Aufbruch zur neuen Kultur. Von der Verweigerung zur Neugestaltung. Umriss einer ökologischen und menschlichen Alternative [1982 – München – Kösel Verlag]
- (45) -: Synthese der Wissenschaft. Der werdende Mensch [1979 – Heidelberg – Kübler Verlag]
- (46) -: Die heilige Matrix. Von der Matrix der Gewalt zur Matrix des Lebens. Grundlagen einer neuen Zivilisation [2005² – Wiesenburg – Verlag Meiga]
- (47) -: Zukunft ohne Krieg. Theorie der globalen Heilung [2006 - Wiesenburg – Verlag Meiga]

- (48) Ferrini, Paul: Zusammen wachsen [1999 – Darmstadt – Schirner Verlag]
- (49) Firestone, Shulamith: Frauenbefreiung und sexuelle Revolution [1975 – Frankfurt – Fischer Verlag]
- (50) Ford Arielle: Das Geheimnis der Liebe. Finden Sie Ihren Seelenpartner [2009 – München – Goldmann]
- (51) Ford, Debbie: Spirituelle Trennung – auseinander gehen, weiter gehen, innerlich wachsen [2001 – München – Integral Verlag]
- (52) Fox, Emmet: Die Bergpredigt [1984 – Pforzheim – Frick Verlag]
- (53) **Fox, Matthew:** Revolution der Arbeit. Damit alle sinnvoll leben und arbeiten können [1996 – München – Kösel Verlag]
- (54) -: Schöpfungsspiritualität. Heilung und Befreiung für die Erste Welt [1995 – Stuttgart - Kreuz-Verlag]
- (55) -: Geist und Kosmos. Der Weg der Wandlung [1993 – Grafing – Aquamarin]
- (56) -: Vision vom kosmischen Christus [1991 – Stuttgart – Kreuz Verlag]
- (57) -: Die verborgene Spiritualität des Mannes [2011 – Uhlstädt-Kirchhasel - Arum-Verlag]
- (58) Friday, Nancy: Wie meine Mutter. [1982 – Frankfurt – Fischer TB]
- (59) **Fromm, Erich:** Die Kunst des Liebens [1969 – West-Berlin – Ullstein- Verlag]
- (60) -: Der moderne Mensch und seine Zukunft [1969 – Frankfurt/M – Europäische Verlagsanstalt]
- (61) -: Die Furcht vor der Freiheit [1968² – Frankfurt – Europäische Verlagsanstalt]
- (62) -: Vom Haben zum Sein. Wege und Irrwege der Selbsterfahrung [1990² – Weinheim und Basel – Beltz Verlag]

- (63) -: Die Revolution der Hoffnung. Für eine humanisierte Technik
[1971 – Reinbeck bei Hamburg - rororo]
- (64) Gawain, Shakti: Die vier Stufen der Heilung. Das Geheimnis
gesunden Lebens auf den vier Ebenen der Existenz
[1998 – München – Heyne Verlag]
- (65) Grigg, Ray: Das TAO des Seins. Ein Arbeitsbuch zum Denken und
Handeln [1996 -Paderborn - Junfermann]
- (66) Gilbert, Elisabeth: Das Ja-Wort. Wie ich meinen Frieden mit der
Ehe machte [2010²- Berlin – Bloomsbury Verlag]
- (67) -: BIG MAGIC. Nimm dein Leben in die Hand und es wird dir
gelingen [2015 – Frankfurt/M – Fische Verlag]
- (68) **Georgian, Linda:** Unser geistiges Potential. Der Weg zu Hell-
sichtigkeit und spiritueller Einsicht [1998 – München – Heyne
Verlag]
- (69) -: Liebe und Spiritualität. Ein Wegweiser zum Beziehungsglück
[2000 - München – Heyne Verlag]
- (70) -: Gespräche nach dem Tod. Trost und Hoffnung aus der anderen
Welt [1997– München – Heyne Verlag]
- (71) Gray, John: Auseinandergeliebt. Wie Paare ihrer Beziehung neue
Energie geben können [1996 – München – Südwest-Verlag]
- (72) Gorz, André: Wege ins Paradies. Thesen zur Krise, Automation und
Zukunft der Arbeit [1883 – Berlin – Rotburg Verlag]
- (73) Grün, Anselm und Wunibald Müller: Was ist die Seele? [2008 –
München – Goldmann Verlag]
- (74) Gyger, Pia: MARIA. Tochter der Erde, Königin des Himmels.
Vision der neuen Schöpfung [2002 – München – Kösel]
- (75) -: Höre die Stimme des Herzens. Werdet Priesterinnen und
Priester der kosmischen Wandlung [2006 – München – Kösel]

- (76) Harrold, Fiona: Life Coach. So übernehmen Sie die Regie in Ihrem Leben [2004 – München – Integral Verlag]
- (77) Hasselmann, Varda und Frank Schmolke: Die seelischen Grundmuster – Eine Anleitung zur Erkundung der Matrix [1993 – München – Goldmann Verlag]
- (78) -: Junge Seelen, alte Seelen: Die große Inkarnationsreise des Menschen [2016 – Münchn – Akkana]
- (79) Hayden, Naura: Wie man eine Frau befriedigt. Das erste und einzige Buch, das Ihnen alles sagt [1993⁶ – München – Heyne Verlag]
- (80) Hoffman, Bob: Entfaltung der Liebe [1992 – Basel – Sphinx-Verlag]
- (81) Hubbard, Barbara Marx: Vom Ego zur Essenz. Zehn Entwicklungsschritte vom *Homo sapiens* zum *Homo universalis* [2003 – Burgrain – Koha Verlag]
- (82) Illich, Ivan: Entschulung der Gesellschaft [2017 – München – C.H. Beck-Verlag]
- (83) Ingermann, Sandra: Auf der Suche nach der verlorenen Seele. Der schamanische Weg zur inneren Ganzheit [2009 – München – Ariston Verlag]
- (84) Jarosch, Linda und Anselm Grün: Königin und wilde Frau. Lebe, was du bist [2008⁹ – Münsterschwarzach – Vier Türme Verlag]
- (85) **Jampolsky, Gerald., G:** Wenn deine Botschaft Liebe ist. Wie wir einander helfen können, Heilung und inneren Frieden zu finden [1986 – München – Kösel]
- (86) -: Was heilt ist die Liebe. Schritte zum inneren Frieden [2001 – München – Kösel Verlag]
- (87) -: Lieben heißt die Angst verlieren [1981 – München – Goldmann Verlag]

- (88) -: Liebe ist die Antwort. Beziehungen positiv gestalten [1993 – München Goldmann Verlag]
- (89) -: Die Kunst zu vergeben. Der Schlüssel zum Frieden mit uns selbst und anderen [1987 – München – Goldmann Verlag]
- (90) -: Verzeih mir bitte. Die Geschichte einer Heilung zwischen Vater und Sohn [1998 – Freiburg i.B. – Lüchow Verlag]
- (91) -: Verzeihen ist die größte Heilung [2000 – München – Integral -Verlag]
- (92) -: Hotline zu Gott. Unbegrenzte Kraft des Universums [2001 – München – Integral-Verlag]
- (93) Jasmuheen: In Resonanz. Das Geheimnis der richtigen Schwingung [1998 – Butrain – Koha-Verlag]
- (94) Jankovich, Stefan v.: Die energetische Struktur des Menschen [1990 – Ergolding – Drei Eichen Verlag]
- (95) Jaspers, Karl: Was ist Philosophie? Ein Lesebuch [1976³ – München - dtv]
- (96) -: Kleine Schule des philosophischen Denkens [1971⁴ – München – Piper Verlag]
- (97) -: Einführung in die Philosophie [1971²⁴ – München – Piper Verlag]
- (98) -: Die großen Philosophen [1988⁴ – München – Piper Verlag]
- (99) -: Die Chiffren der Transzendenz [2011 – Basel – Schwabe Verlag]
- (100) Joy, Allelia: Lebe deine wahre Bestimmung: Nur die Liebe zählt! [2017 – Norderstedt - BOD]
- (101) Jung, Carl Gustav: Mensch und Seele [1971 – Olten – Walter-Verlag]

- (102) **Keen, Sam:** Königreiche der Liebe [1986 – Basel - Spinx-Verlag]
- (103) -: Das Chaos der Liebe. 16 Schlüsselemente für unser zentrales Lebensgefühl [1998 – Hamburg – Kabel Verlag]
- (104) -: Die Lust an der Liebe. Leidenschaft als Lebensform [1984 – Weinheim und Basel – Belz Verlag]
- (105) -: Wider die Leere in unserer Zeit. Eine praktische Philosophie für den Alltag []
- (106) -: Es lohnt sich nur der Weg nach innen. Über das kreative Potential der Langeweile []
- (107) -: Die Lust, Ich zu sein. Entdecken Sie Ihre eigene Mythologie []
- (108) -: Feuer im Bauch. Über das Mann-Sein [1992 – Bergisch Gladbach - Lübbe-Verlag]
- (109) Kerschbaum, Helga: Kultur des Wohlwollens. Aus der Kraft des Herzens leben [2004 – Petersberg – Verlag Via Nova]
- (110) Keyes, Ken: Bedingungslos lieben lernen [1996² – München – Heyne-Verlag]
- (111) Klein, Heinz: TAO TE KING [2012² – Radeberg – Verlag Zeitenwende]
- (112) -: Briefe zum TAO TE KING [2005 – Radeberg – Verlag Zeitenwende]
- (113) Kohut, Heinz: Narzißmus. Eine Theorie der psychoanalytischen Behandlung narzisstischer Persönlichkeitsstörungen [1973 – Frankfurt/M – Suhrkamp]
- (114) Küppers, Bernd-Olaf (Hrsg.): Ordnung aus dem Chaos. Prinzipien der Selbstorganisation und Evolution des Lebens [1987 – München – Piper Verlag]

- (115) Küstenmacher, Marion, Tilmann Haberer und Werner Küstenmacher: Gott 9.0 Wohin unsere Gesellschaft spirituell wachsen wird [2010 – Gütersloh – Verlagshaus Gütersloh]
- (116) Lanphear, Roger G.: Der Kurs zum Selbst ... in Wahrheit und Liebe von Babaji [2003⁶ – Weilersbach – G. Reichel Verlag]
- (117) Landsberg, Max: Das TAO des COACHINGS. Effizienz und Erfolg durch meisterhafte Führung [1998 – Frankfurt/M, New York – Campus Verlag]
- (118) Larisch-Haider, Nina: Von der Kunst, sich selbst zu lieben [2002 – München – Heyne Verlag]
- (119) Laskow, Leonard: Heilende Energie. Einführung in die Medizin der inneren Kräfte [1995 – München – Hugendubel]
- (120) Laszlo, Ervin und Nathony Peake: Unsterbliches Bewusstsein. Kontinuität des Selbst jenseits vom Gehirn [2016 – IMMENSTADT – Mosquito Verlag]
- (121) Lermer, Stephan und Hans Christian Meinser: Gemeinsam bin ich besser. Win-Win-Strategie für Partnerschaft und Beruf [1966 – Frankfurt/M – Fischer]
- (122) Lichtenfels, Sabine: Weiche Macht. Perspektiven eines neuen Frauenbewusstseins und einer neuen Liebe zu den Männern [1996² – Belzig – Verlag Berghoff and friens]
- (123) Liedloff, Jean: Auf der Suche nach dem verlorenen Glück. Gegen die Zerstörung unserer Glücksfähigkeit in der frühen Kindheit [1983 – München – Verlag C.H.Beck]
- (124) Linn, Denise: Soul Coaching. Ihr persönliches Seelen-Programm [2010 – Güllersheim – Silberschnur Verlag]
- (125) Lionel, Frédéric: Die Heilige Astrologie. Kosmische Architektur – Einsichten in eine verborgene Welt [1987 – Freiburg i.B. – Aurum Verlag]

- (126) Löffler, Andrea Sophia: MYSTERIUM FRAU. Das Tor zur neuen Menschheit [o.J. – Berlin - epubli]
- (127) Long, Berry: Sexuelle Liebe auf göttliche Weise [2006¹¹ - MB Verlag]
- (128) **Maaz, Hans-Joachim:** Das falsche Leben. Ursachen und Folgen unserer normopathischen Gesellschaft [2017³ – München – Beck Verlag]
- (129) -: Die Liebesfalle. Spielregeln für eine neue Beziehungskultur [2007 – München -Verlag C.H.Beck]
- (130) -: Der Lilith Komplex. Die dunklen Seiten der Mütterlichkeit [2008⁵ – München - dtv]
- (131) Mack, Bernhard: Rituale des alltäglichen Glücks. Wege zu erfüllenden Liebesbeziehungen [2004 – Berlin – Verlag Simon - Weidner]
- (132) MacLaine, Shirley: Zwischenspiel [1985 – München – Goldmann]
- (133) -: Zauberspiel [1988² – München – Goldmann]
- (134) -: Tanz im Licht [1986 – München – Goldmann]
- (135) Maitri, Sandra: Der Weg zurück zum Selbst. Das Enneagramm der Leidenschaften und Tugenden [2009 -Hamburg – Advaita Media]
- (136) Marcuse, Herbert: Der eindimensional Mensch [1969⁸ – Neuwied und Berlin, Luchterhand]
- (137) Miedanner, Talane: Coach dich selbst, sonst coacht dich keiner! 101 Tipps zur Verwirklichung Ihrer beruflichen und privaten Ziele [2002² – Landsberg – mvg Verlag]
- (138) Miller, Alice: Am Anfang war Erziehung [2014 – Frankfurt/M - Suhrkamp]
- (139) Millett, Kate: Sexus und Herrschaft. Die Tyrannei des Mannes in unserer Gesellschaft [1972 – Köln KiWi-Verlag]

- (140) Mitscherlich, Alexander: Auf dem Weg zur vaterlosen Gesellschaft. Ideen zur Sozialpsychologie [1963 – München – Piper Verlag]
- (141) Mohr, Cornelia: Lieben kann man üben. Beziehungcoaching für Paare [2006 – Kreuzlinien b. München – Hugendubel Verlag/Ariston]
- (142) Mohr, Bärbel und Manfred: Das Wunder der Selbstliebe. Der geheime Schlüssel zu Öffnen aller Türen [2011⁴ – München – Verlag Gräfe und Unzer]
- (143) **Naranjo, Claudio**: Erkenne dich selbst im Enneagramm. Die 9 Typen der Persönlichkeit [1994 – München – Kösel Verlag]
- (144) -: Das Ende des Patriarchats und das Erwachen einer drei-einigen Gesellschaft [2000 – Petersberg – Verlag Via Nova]
- (145) -: Wandel durch Einsicht. Die Enneagrammtypen im Leben, in der Natur und in der klinischen Praxis [1999 – Petersberg – Verlag Via Nova]
- (146) -: Das Enneagramm der Gesellschaft. Die Übel der Welt | Die Übel der Seele [1998 – Petersberg – Verlag Via Nova]
- (147) Nørretranders, Tor (Hg): Hingabe – Über den Orgasmus des Mannes [1983 – Reinbeck bei Hamburg – rororo]
- (148) Norewood, Robin: Wenn Frauen zu sehr lieben. Die heimliche Sucht, gebraucht zu werden [1986 – Reinbeck b. HH – Rowolt Verlag]
- (149) Nuber, Ursula, : Was Paare wissen müssen. 10 Grundregeln für das Leben zu zweit [2007 – Frankfurt – Fischer TB]
- (150) OSHO: Sex – das missverstandene Geschenk. Sexualität, Liebe und höheres Bewusstsein [2005³ – München – Goldmann/Arkana]
- (151) -: Das Buch der Männer. Die Krise als Chance [2004 – Berlin - Ulstein/Allegria]

- (152) Ostermeyer, Heilmut: Zärtlichkeit [1990 – Reinbeck bei Hamburg - rororo]
- (153) Pavlina, Steve: Das universelle Prinzip der Selbstentfaltung. Persönlichkeitsentwicklung für intelligente Menschen [2010 – München – Goldmann]
- (154) Parry, Danaan: Kriege des Herzens. Eine Schulung zur friedlichen Konfliktlösung [2001⁴ – Freiburg i.B. – Lüchow Verlag]
- (155) **Peck, M. Scott:** Der wunderbare Weg. Eine neue Psychologie der Liebe und des spirituellen Wachstums [1986 – C. Bertelsmann - München]
- (156) -: Eine neue Ethik für die Welt. Grundwerte für eine menschlichere Gesellschaft [1995 – München - Goldmann]
- (157) -: Gemeinschaftsbildung. Der Weg zu authentischer Gemeinschaft [2007 – Bandau – Eurotopia Verlag]
- (158) Reik, Theodor: Mann und Frau. Die emotionalen Variationen der Sexualität [1986 – Frankfurt/M – Fischer TB]
- (159) Pierrakos, Dr. John: CORE-Energetik. Zentrum deiner Lebenskraft [1987 – Essen – Synthesis Verlag]
- (160) **Pilgrim, Volker Elis:** Der selbstbefriedigte Mensch [1977 – München - Goldmann]
- (161) -: Dressur des Bösen. Mutterliebe und Verstörung [1974 – München - Goldmann]
- (162) -: Der Untergang des Mannes [1986 – Hamburg - rororo]
- (163) -: Manifest für den freien Mann [1984 – Hamburg - rororo]
- (164) -: Die Elternaustreibung [1984 – Düsseldorf – Classen Verlag]
- (165) Pilgrim, Volker Elis und Mend, Alexej: Das Paradies der Väter [1980 – Weinheim – Verlag Beltz & Gelberg]

- (166) Piontek, Maitreyi D.: Weibliches Manifest. Lebe anders. Lebe, wozu du bestimmt bist [2009 – München – Ansata Verlag]
- (167) Radisch, Iris: Die Schule der Frauen. Wie wir die Familie neu erfinden [2008 – München - Goldmann]
- (168) Ranke, Hermann (Übersetzer): Das Gilgamesch-Epos [2006 – Wiesbaden – Marix Verlag]
- (169) Rebillot, Paul und Melissa Kay: Die Heldenreise. Das Abenteuer der kreativen Selbsterfahrung [2008 – Wasserburg am Inn – Eagle Books]
- (170) **Richardson, Diana und Michael:** Zeit für Gefühle. Die Krux mit den Emotionen in der Partnerschaft [2011³ – Köln – Innenwelt Verlag]
- (171) Zeit für Männlichkeit. Mehr Kompetenz in Sachen Sex und Liebe zwischen Mann und Frau [2011³ – Köln – Innenwelt Verlag]
- (172) Richardson, Diana: Zeit für Weiblichkeit. Der tantristische Orgasmus der Frau [2010⁹ – Köln – Innenwelt Verlag]
- (173) Richter, Horst-Eberhard: Die Krise der Männlichkeit in der unerwachsenen Gesellschaft [2006 – Gießen – Psychosozial Verlag]
- (174) Rueffler, Margaret: Durch das Herz zur Seele. Vom alten Paradigma ins Neue [1998 – Petersberg -Verlag VioaNova]
- (175) Rückle, Horst: Coaching [1992 – Düsseldorf, Wien, New York, Moskau – Econ Verlag]
- (176) Russell, Bertrand: Philosophie des Abendlandes [2024 – München – Pipier Verlag]
- (177) Russell, Peter: Die erwachende Erde. Unser nächster Evolutionsprung [1984³ – München – Heyne Verlag]
- (178) **Schaeff, Anne Wilson:** Mein Weg zur Heilung. Ganzheitliche Lebenshilfe in der Praxis [1993 – Hamburg – Verlag Hoffmann und Campe]

- (179) -: Leben im Prozess. Wahrheiten, den Weg der Seele zu leben [2004 – Adelberg bei Stuttgart – Vollenweider Verlag]
- (180) -: Im Zeitalter der Sucht. Wege aus der Abhängigkeit [1989 – Hamburg – Hoffmann und Campe]
- (181) -: Co-Abhängigkeit. Nicht erkannt und falsch behandelt [1986 – Wildberg – Verlag Monika Bögner-Kaufmann]
- (182) -: Weibliche Wirklichkeit. Frauen in der Männerwelt [1985 – München – Heyne Verlag]
- (183) Sai Baba spricht über Beziehungen [1995² - Grafrath – Goivida Sai Verlag]
- (184) Schenkbier, Barbara: Die Vision des göttlichen Menschen [1995 – Petersberg – Verlag Via Nova]
- (185) Schmidt, K.O.: Die Religion der BERGPREDIGT. Grundlage rechten Lebens [1976 – Hammelburg – Drei Eichen Verlag]
- (186) Schmidt, K.O.: Lao-Tse: Tao Teh King [1974 – Hammelburg – Drei Eichen Verlag]
- (187) -: Das Grosse JA [1981 – Pfortsheim – Verlag H.T. Frick]
- (188) Schmid, Wilhelm: Die Liebe neu erfinden [2010 – Berlin – Suhrkamp Verlag]
- (189) Schoenacker, Antinia und Theo: Die neue Partnerschaft. Das Gleichgewicht zwischen Nähe und Distanz [1988 – m – Goldmann Verlag]
- (190) Schult, Arthur: Astrosophie. Lehre der klassischen Astrologie, Kosmische Signaturlehre des Menschenbildes (2 Bände) [1994⁵ – Bietigheim – Turm Verlag]
- (191) Schwarz-Schilling, Alexandra und Christin Müller: Zu Zweit. Beziehungscoaching für Singles und Paare [2006 – Berlin – Orlanda Verlag]

- (192) Selby, John und Zachary Zelig: Das Erwachen der Kundalini. Anleitung, Übung und Meditation [1996² – München – Heyne Verlag]
- (193) Sheldrake, Rupert: Die Wiederentdeckung der Spiritualität. 7 Praktiken im Fokus der Wissenschaft [2018 – O.W. Barth Verlag]
- (194) Sinch, Rajinder: Die Weisheit der erwachten Seele. Durch Meditation die unbegrenzte Kraft der Seele entdecken [1999 – Neuhausen/Schweiz – Urania Verlag]
- (195) Shem, Samuel und Janet Surrey: Alphabete der Liebe. Warum Mann und Frau *doch* zusammenpassen [1999 – Stuttgart – Verlag Klett-Cotta]
- (196) Sherfey, Mary Jane: Die Potenz der Frau. Wesen und Evolution der weiblichen Sexualität [1974 – Köln – Verlag Kiepenheuer & Witsch]
- (197) Spezzano, Chuck: Wie Sie herausfinden, wann Ihre Beziehung wirklich Ende ist und was Sie tun können, um sie zu retten [2008 – Petersberg – Verlag Via Nova]
- (198) Steiner, Rudolf: Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten? [1993²⁴ – Dornach – Rudolf Steiner Verlag TB]
- (199) Stövhase-Klaunik, Dorit: Ins Herz der Weiblichkeit. Wandlungen mit der Mondin und den Elementen [2016 – Saarbrücken – Verlag Neue Erde]
- (200) Tipping, Colin C.: Wachsen in der Liebe [2012 – München – Verlag Integral]
- (201) Troll-Rauch, Pyar: WIR. Wege der Verbundenheit [2009 -Bielefeld – Kamphausen Verlag]
- (202) Walsch, Neal Donald: Wenn sich alles verändert, verändere alles [2010 - München – Verlag Goildmann/Arkana]

- (203) Watts, Alan: Das Tao der Philosophie [2003 – Berlin – Theseue Verlag]
- (204) Sabetti, Stéphane: Rhythmen des Wandels. Dynamik der persönlichen Veränderung [1992 – München - Hugendubel]
- (205) Wedemeyer, Inge von: Weltformel „Liebe“ [1990 – Leimen – Werner Kristkeitz Verlag]
- (206) **Welwood, John:** Vollkommene Liebe und wie sie vielleicht sogar in einer Beziehung gefunden werden kann [2007 – Freiamt – Arbor Verlag]
- (207) -: Durch Liebe reifen. Partnerschaft als spiritueller Weg [1998 München – Kösel Verlag]
- (208) **Willi, Jürg:** Die Zweierbeziehung. Spannungsursachen / Störungsmuster / Klärungsprozesse / Lösungsmodelle. Analyse des unbewussten Zusammenspiels in Partnerwahl und Paarkonflikt: Das Kollusions-Konzept [1975 – Hamburg – Rowohlt Verlag]
- (209) -: Koevolution – Die Kunst des gemeinsamen Wachsens [1985 – Hamburg – Rowohlt Verlag]
- (210) -: Die Kunst gemeinsamen Wachsens. Ko-Evolution in Partnerschaft, Familie und Kultur [2007 – Freiburg i.B. – Herder Verlag]
- (211) **Wilber, Ken:** Halbzeit der Evolution. Der Mensch auf dem Weg vom animalischen zum kosmischen Bewusstsein. Eine interdisziplinäre Darstellung der Entwicklung des menschlichen Geistes [1984 – Bern, München, Wien – Scherz Verlag]
- (212) -: Das Spektrum des Bewusstseins. Vom Gegeneinander zum Miteinander der Wissenschaften – ein übergreifendes Erklärungsmodell des Bewusstseins und der Disziplinen, die es erforschen [1987 - Bern, München, Wien – Scherz Verlag]

- (213) -: Der Weg zum Selbst. Östliche und westliche Ansätze zum persönlichen Wachstum [1987³ – München – Kösel Verlag]
- (214) -: Der glaubende Mensch. Die Suche nach Transzendenz [1988 – München – Goldmann Verlag]
- (215) -: Mut und Gnade. In einer Krankheit zum Tode bewährt sich eine große Liebe – das Leben und Sterben der Treya Wilber [1991 – Bern und München – Scherz Verlag]
- (216) -: Integrale Spiritualität. Spirituelle Intelligenz rettet die Welt [2007 – Bern, München, Wien – Scherz Verlag]
- (217) -: Das Atman Projekt. Streben der Seele nach Einheit [2012 – Lichtenau/Westphalen – G.P. Probst Verlag]
- (218) -: Integrale Vision. Eine kurze Geschichte der integralen Spiritualität [2011 – München – Kösel Verlag]
- (219) Wild, Stuard: Gotteskrieger. Laufen Sie los in die Freiheit [2006 – Darmstadt – Schirmer Verlag]
- (220) Wilhelm, Richard (Übersetzer): I Ging, Text und Materialien [1985¹² – Köln – Eugen Diederichs Verlag]
- (221) Yael, Andrea Ma: Das Buch der Liebe. Gechannelte Botschaft von Jesus von Nazareth für unsere heutige Zeit. Heil werden durch die Kraft der Liebe [o.J. – Walding/Österreich – Selbst-Verlag]
- (222) Zadra, Elmar und Michaela: TANTRA. Bewusstseinsentwicklung und sexuelle Ekstase [2000 – München – Goldmann Verlag]
- (223) Zurhorst, Eva-Maria: Liebe dich selbst und es ist egal, wen du heiratest [2004²⁵ – München – Goldmann/Arkana]

Bücher von Jürgen Schröter (JS)

- (JS01) Zahlenmystik als spiritueller Weg
- (JS02) Seelengeschenke – Eine Sammlung weiser Worte über die Seele
- (JS03) Mein Seelenweg des spirituellen Erwachens.
Hommage an Kurt Tepperwein
- (JS04) Fang einfach an und schreibe dein Buch jetzt.
In 6 Schritten zum intuitiven Schreiben deines Seelenbuches
- (JS05) Lob der Esoterik. Lob des New Age. Das Wahre bewahren
- (JS06) Das Buch der Berufung. Folge dem Ruf deiner Seele
- (JS07) Manifest der Mannzipation
- (JS08) Sucht – Heilung einer heiligen Krankheit
- (JS09) Die Spiritualität der neuen Zeit – Das Ende des Dualismus
- (JS10) Einladung zum Projekt: Heilige Wissenschaft –
Zahlenmystik und Heilige Geometrie
- (JS11) Philosophie und Metatheorie der Selbst-Bildung –
das integrale Konzept
- (JS12) Vom Narzissmus zur Selbstliebe
- (JS13) Alles ist Bewusstsein
- (JS14) Das DAO der Liebe. Bedingungslose Liebe lernen –
vollkommene Liebe erfahren
- (JS15) Erfolgreich selbständig – der spirituelle Weg

www.Verlag.die-Seele.info

Hochdorf im Kanton Luzern / Schweiz

Einladung zum Online-Seminar (eKurs)

Das Buch strebt die Verbindung zwischen Theorie und Praxis an.

Ich präsentiere weltweit wichtige Konzepte über das Verständnis von Beziehungen (Ebenen und Stadien zum WIR) und „garniere“ es mit meine eigenen Lebenserfahrungen. Ich will den Lesern Anregungen und Seelen-Impulse geben, um die eigenen Erfahrungen zu ordnen und die Beziehung gemeinsam führen zu können. Der nächste Lernschritt ist, das Buch über ein Online-Learning zu vertiefen. Die Vorteile:

- Im eKurs kann der Inhalt des Buches medial erweitert werden. Wir können beispielsweise gute YouTube-Filme vorstellen und gemeinsam besprechen.
- Der eKurs erhält einen Gast-Zugang, über die der Gast die Inhalte des Kurses abrufen kann. Der Gast spielt „Mäuschen“, kann den Kurs beobachten, ohne aktiv teilnehmen zu können. Die Teilnehmer des Kurses sind für den Gast nicht einsichtig.
- Um aktiv am Kurs teilnehmen zu können, reicht die Anmeldung mit eMail-Adresse. Nach der Anmeldung stehen die Foren des Kurses zur aktiven Teilnahme offen; darüber hinaus können die Teilnehmer in geschlossenen Räumen miteinander kommunizieren.

Die Kursadresse: www.wahre-liebe.de/eKurs

Einladung zum Präsenz-Seminar

Nach dem Online-Seminar kann als nächstem Schritt ein Präsenz-Seminar folgen, bestenfalls als Ferien-Akademie. Hier können wir „life“ lernen, unsere Liebesfähigkeit zu vertiefen. Die Teilnehmer erhalten neben dem Seminar selbst

- ein Vorbereitungs-Skript und
- ein umfangreiches Handout,

um den Beziehungsalltag auf eine neue Stufe zu heben.

Das **Ziel insgesamt ist, die Seminare zu multiplizieren**, so dass die Seminare in der Schweiz, in Österreich, in Süd-, West-, Ost und Norddeutschland auf gleichem Niveau abgehalten werden können. Wir vergeben die Lizenz zu Seminarleitungen ausschließlich an Paare, so dass alle Präsenzseminare von Seminarleiter-Paaren geleitet werden können.

In den fünf Seminartagen gehen wir die fünf Themen durch:

- Meditation
- Astrologie
- achtsame Bewegung
- bioenergetische Umweltgestaltung
- Tantra (Körperlichkeit und Erotik)

Train-the-trainer-Seminare: Auf diesen Seminaren werden Ausbilder (-Paare) besonders intensiv trainiert.