

## 12 EINEN RAUM VON LIEBE WAHREN

"Die beste Übung die ich kenne zur Anwendung und Verbesserung deiner Fähigkeit, einen Raum von Liebe aufrecht zu erhalten, besteht darin, deine Augen zu schließen und dir zu erlauben ruhig zu werden. Lenke dein Bewusstsein auf dein Inneres und denke an das, was in dir die reinste, stärkste, kraftvollste Liebe die zu fühlen im Stande bist inspiriert...."

"Und was ist, wenn ich nichts fühle?" unterbrach er mich.

"In meinen Seminaren stelle ich oft folgende Frage, Richard: "Kannst du dich an eine Zeit erinnern, als du die Menschen um dich herum betrachtet hast wie sie ihr Leben lebten und dich selbst fragtest, ob die Dinge so laufen sollten wie sie es taten?" Die Mehrzahl der Menschen antwortet lauthals mit 'Ja'! Wenn man sie weiter ausfragt sagt im Grunde genommen jeder, er oder sie erinnere sich zu wissen, dass es im Leben um Liebe, Sorge tragen und unterstützen gehandelt habe. Jeder von ihnen erzählt dann im Einzelnen, wie sich selber von der Liebe abgeschnitten haben.

Jede Generation von Kindern wird dazu verleitet ihre Erfahrung einer Welt, die auf Liebe basiert, aufzugeben. Sie tauschen diese ein gegen eine Welt die von Angst, Ärger und Manipulation kontrolliert wird. Häufig bringt man ihnen bei, dass dieser Tausch der einzige Weg ist um 'Dinge' zu bekommen und 'erfolgreich' in der 'wirklichen Welt' zu sein. Die uralten Lehren der Aramäer riefen uns zur Vorsicht auf und es uns nicht zu erlauben 'an diese Welt angepasst' zu werden.

Wenn wir uns erlauben in die Wege der Welt zu verfallen, dann trennen wir uns selber von der Liebe ab. Dann fühlt es sich, wenn wir zum ersten Mal wieder versuchen zur Erfahrung der Liebe, so, wie wir es mit dieser Übung machen, zurückzukehren, wie eine Leere in unserem Inneren an. Wenn du damit fortfährst diese Übung über einen gewissen Zeitraum zu praktizieren, wird dein Erleben von Liebe wachsen.

Wenn du erst einmal Liebe fühlst, dann stelle dir vor wie du sie verstärkst, bis sie jede Zelle innerhalb deines Körpers erfüllt. Der nächste Schritt besteht darin deine Augen zu öffnen und dir vorzustellen, wie du diese Liebe durch deine Augen zu jemandem oder zu irgendeiner Situation innerhalb deiner Welt ausdehnst.

Ein weiterer Schritt ist der, dich selber in diese Liebe einzuhüllen und wenn möglich während du es tust in den Spiegel zu sehen. Investiere etwas Zeit in diese Übung und bald wirst du bemerken wie bewusste, aktive, in der Gegenwart präsenste Liebe zu einem Teil deines Wortschatzes und deines Lebens wird."

Als Richard mich zum ersten Mal angerufen hatte, befand er sich gerade auf dem Weg nach Westen um dort ein neues Leben zu beginnen. Jetzt stellte er die Frage, ob es nicht eine leichtere Lösung sein könnte diesen Weg einfach fortzusetzen. "Nach all dem," dachte er laut, ist das Leben doch gut, wenn keiner da ist, der den Schmerz anstößt."

Für viele Menschen ist die 'geographische' Kur eine Alternative, aber sie ist nur eine provisorische Lösung. Das Problem der geographischen Kur liegt darin, dass wir uns selbst und unsere gesamte Wirklichkeitsstruktur mit uns dorthin nehmen und als Ergebnis ähnliche Situationen anziehen. Einfach davonzulaufen funktioniert nicht, weil die schmerzhafteste Wirklichkeit von der Person die davonläuft mitgenommen wird. Die einzig dauerhafte Lösung ist die, zu verstehen und zu heilen was sich an der Wurzel der Wirklichkeitsstruktur die den Schmerz verursacht befindet. Einen Raum von Liebe zu wahren, während die zugrundeliegende Wirklichkeit ins Bewusstsein tritt, ist unsere Form zu heilen.

**SCHLÜSSELGEDANKE** - Das Versprechen auf der Rückseite dieses Buches ist der Hauptschlüssel zum Heilungsprozess. Er beinhaltet eine Reihe von Werkzeugen die aufzeigen, wie man einen Raum von Liebe innerhalb von Beziehungen, mit sich selbst oder mit anderen, entwickelt