

2 Liebe ist ...

Liebe ist ... dass du bist ...

Liebe scheint oft in Beziehungen auf, doch hat sie ihre Wurzeln im tiefen Alleinsein, in der intimen Nähe und Begegnung mit sich selbst. Liebe offenbart sich im sich Beziehen, doch die Quelle der Liebe ist nicht die Beziehung zum anderen. Die Quelle der Liebe zeigt sich im Versinken in der eigenen Stille des Herzens, im Tanz und in der berührbaren Hingabe an das, was ist. Hier spielt es absolut keine Rolle, was du weißt oder nicht weißt. Zu lieben heißt, sich dem Nicht-Wissen, der Ahnungslosigkeit zu stellen und sich in der lebendigen Bewegung dessen, was jetzt ist, erfassen zu lassen und darin deinen einzigartigen Tanz zu tanzen.

Du hast die Möglichkeit, der Liebe und deiner ureigenen Wahrheit immer wieder direkt zu begegnen. Es ist die wundervolle Möglichkeit, dieser lebendigen Bewegung in aller Unsicherheit zu folgen, ganz damit zu sein. Es ist immer wieder der erste Schritt. Immer wieder ein mutiger Schritt, denn du kannst nur nackt und berührbar mit der Frische des Lebens und der Liebe sein. Und weil es immer wieder frisch ist, beschenkst du dich jedesmal aufs Neue mit dem LEBEN selbst, beschenkst du dich jedes Mal mit der LIEBE selbst.

Doch wer sich zurücklehnt und meint, alles ist Liebe, eine Scheinbalance und kontrollierte Neutralität aufrecht erhält, sich mit einem heiligen Schutzpanzer, therapeutischen, esoterischen Vorstellungen umgibt, oder wie eine Seidenraupe in der Stille der Meditation rumhängt, der ist wie jemand, der tot ist, noch bevor er gelebt hat. Der ist wie jemand, der es nicht wagt an der Liebe zu verbrennen, damit nur noch das bleibt, was die Liebe ist und damit ganz im Tanz zu sein.

Es ist so leicht, die Lebendigkeit und Frische der Liebe und des Lebens zu erfahren. Sei einfach mit dem Leben in einer zärtlichen Berührung, als wäre es dein Geliebter. Sei mit dem Stuhl, auf dem du sitzt, als wäre es dein Geliebter. Sei damit in der direkten Berührung, als wäre es dein Geliebter, ohne es zu benennen. Fühle den Raum, als wärst du in deiner Geliebten, die du überall spürst. Atme ein und aus in einer frischen Lebendigkeit und Zartheit, als wärst du deiner Geliebten nah. Und du bist unweigerlich in Liebe.

Berührbar und echt zu sein, ist auch die Einladung für andere, total Mensch zu sein und sich genau so zum Ausdruck zu bringen, wie es gerade ist. Es ist die Einladung total zu l(i)eben, mit allem, was das Menschsein ausmacht, genau so, wie es ist, und im Ozean des DASEINS immer wieder ganz aufzugehen.

Ich bin, wie ich bin, und das ist wunderschön.
Das macht mich dankbar, dafür geliebt zu werden, wie ich bin.
Und ich liebe Dich, weil Du bist, wie Du bist.
Das ist das größte Geschenk für mich als Mensch.

Genau so, wie du jetzt bist, bist du gewollt, wunderschön und absolut liebenswert. Wir sind bedingt durch unser Aussehen, unser Verhalten, Denken, Fühlen, unsere Angewohnheiten, Werte, Vorlieben, Abneigungen, Ängste, Stärken, Schwächen. All das macht uns aus. All das macht uns liebenswert als Mensch. Nicht für jeden. Aber für die „Richtigen“, wenn wir zu uns stehen und so sind, wie wir sind. Wir müssen nicht an uns „arbeiten“, wesentlich ist, die Schönheit zu sehen, die da ist und sie hereinzulassen, zu spüren. Wir sind vollkommen und wunderschön. Dies zu sehen, lässt uns auf wundervolle und einzigartige Weise erblühen.

... Liebe ist ...
Wahrnehmung der Schönheit des Moments ...
Tanz mit der Unendlichkeit, nie festzuhalten, nie sicher ...
mit dem Verstand nicht zu erfassen ...
Deine Anwesenheit ist ein Akt unendlicher Liebe ...
Liebe ist, wenn dir nichts mehr einfällt ...

Jede Form ist bedingt und nur so können wir uns erfahren. Bilde dir nicht ein, dass du dich hundertprozentig auf deinen Partner einlassen könntest oder dein Partner auf dich. Die Person wird sich nie vollständig auf eine andere Person einlassen können. Sich vollständig einzulassen, bezieht das Nicht-Einlassen mit ein. Es ist die totale Berührung mit dem, was ist. Ehrlich und aufrichtig zu sein mit dir und deinem Geliebten, ebnet den gemeinsamen Pfad.

Beziehung wird nie perfekt sein. Wir werden uns immer wieder am anderen stören, das ist das Schöne. Das sich Stören macht uns wach und aufmerksam für den Moment, lädt uns ein neu mit dem, was ist, in Berührung zu kommen. Wenn wir nicht anfangen zu basteln, zu analysieren, oder uns mit Vorstellungen vom Werden umgeben, holt es dich in die direkte Erfahrung, hier auf dem Marktplatz, mitten im Leben selbst, holt dich nach Hause und lässt dich in der Bewegung des Lebens tanzen. Schau DEM, was ist offen und berührbar in die Augen. Dafür braucht es kein besonderes Setting, keinen Guru, Therapeuten oder ähnliches, und es lehnt es auch nicht ab. Nur die Bereitschaft, das zu sein, was du bist, und sich in der direkten Begegnung der Liebe offen berührbar hinzuwenden, einfach jetzt da zu sein, das genügt vollkommen. Denn hier offenbart sich die Vollkommenheit in ihrer Manifestation, genau so, wie es gerade ist.

In der lebendigen Berührung mit dem Leben geschieht das, was an Heilung gebraucht wird. In dem intuitiven Wissen, dass das, was du bist, immer heil und wunderschön ist, genau so, wie es sich jetzt zeigt, in jedem Moment.

Das, was Heilung bringt, ist nicht: geliebt zu werden,
auch wenn es eine gute Voraussetzung schafft.
Es ist das Lieben, das heilt.

Scheint uns die Beziehung wirklich wertvoll und soll sie von lebendiger Spannung getragen sein, ist es wichtig, dass beide Partner den Mut und die Aufrichtigkeit besitzen, miteinander in einer einführenden, liebevollen Präsenz offen dem zu begegnen, was jetzt da ist.

Dies ist die Grundlage, wenn der Wunsch nach wirklicher Begegnung und intimer Nähe vorhanden ist und das Interesse aneinander am Leben bleiben soll. Dies ist keine Versicherung, dass man auf ewig zusammen bleibt. Es ist das Möglichste, was man tun kann, um eine Beziehung lebendig zu halten. Damit das Feuer der Liebe und der Leidenschaft am brennen bleibt.

Wenn man mit jemandem total gelebt und geliebt hat, nicht auf Probe oder um gemeinsam ein bisschen Spaß zu haben, sondern einfühlsam am Leben gemeinsam gewachsen ist und rückhaltlos zusammenbleibt mit dem, was ist, dann passiert nichts, wenn der andere sich verabschiedet. Kein Drama, keine Bindung, an der man leidvoll klebt. Dann ist da eine Hingabe, ein wacher und mutiger Tanz, der Trauer und Freude umschließt, eine Dankbarkeit für das, was man gemeinsam erleben durfte, und ein Genießen des jetzigen Moments, genau so, wie er ist.

Die unerträgliche Schönheit der Liebe

Die Person wird niemals lieben können, wird niemals ertragen können, was Liebe ist. Denn die Person ist einfach nur eine konstruierte Idee, die auf gedanklich konditionierten Gebäuden aufgebaut ist. Vielleicht hat die Person eine (l)imitierte Idee von Liebe, mehr aber nicht. Denn in dem, was Liebe ist, und in der direkten Erfahrung, so, wie sie sich zeigt, verliert die scheinbare Person ihre Substanz. Du wirst spontan von der

Liebe oder jedem anderen unmittelbaren, lebendigen Gefühl, von der unmittelbaren Erfahrung erfasst und verschwindest darin.

Lass die Person hinter dir, lass dich berühren von dem, was ist. Wehre dich nicht gegen den Fluss des Lebens, der dich wieder zurückholen möchte. Genieße das, was ist, und sei in all dem, was du unbedingt bist. Du kannst die Liebe niemals halten oder besitzen, du kannst sie nur sein. In dieser Grundlosigkeit von all dem, die keine Stützen braucht, offenbart sich Unschuld und Leichtigkeit, die mit dem ist, was ist. Das ist die Kreuzigung der Person und die Auferstehung des Ungeborenen, Absoluten im Tanz des Lebens. Du wirst wieder zum Kind, einfach Mensch, Schönheit selbst, so, wie du bist.

Berührbarkeit

In der nackten Begegnung sind wir offen, berührbar und verletzlich. So zeigt sich unsere Natur.

Wir halten uns gerne im Hintergrund an Ideen von Liebe, Heilung und Erwachen, um uns zu schützen, die Angst und die Verletzlichkeit nicht zu spüren, sind lieber in einer isolierten Weite, um nicht wirklich vom LEBEN berührt zu werden.

Nur Ideen und Vorstellungen, wie es sein sollte, treiben uns ins Versteck, um noch zu werden. Doch du bist absolut liebenswert, genau so, wie du jetzt bist.

Versteckt vor dem eigenen Menschsein mit Ideen über Liebe, Heilung und Erwachen, dies sind die tückischsten Vorstellungen, denn sie geben vor zu befreien. Doch das, was du bist, braucht keine Befreiung, da du nicht gefangen bist.

Kein Innen, kein Außen, immer ist es DAS. Befreie einfach den Gedanken, der zur Erleuchtung will und du bist augenblicklich frei. Sei

einfach genau so, wie du bist! Das hier ist der natürliche Zustand, so zeigt sich deine Natur.

Du bist niemals von DEM getrennt, was du seit Ewigkeiten bist, außer in Vorstellungen, die scheinbare Mauern ziehen. Du musst die Mauern nicht einreißen, sondern nur erkennen, was sie sind. Scheinbare Mauern, Ideen und Vorstellungen, die auf einem Irrglauben beruhen und in sich völlig substanzlos sind. Was willst du mit einem Erwachen, wo du nie geschlafen hast?

Es drückt sich durch das Menschsein aus. Offen, berührbar, verletzlich, (un)vollkommen und absolut liebenswert, genau so, wie es jetzt ist. Lebe dein Leben in Leidenschaft und genieße, was ist!

Sei einfach, wie du bist. Das hier ist der natürliche Zustand. Dafür musst und kannst du nichts tun, weil du bist, was du bist, genau so, wie es jetzt ist, und das kann nicht anders sein, sonst wäre es so. Hier offenbart sich die Schönheit und Vollkommenheit, die du suchst.

Form ist Leere, Leere ist Form

Sehe ich meine Geliebte, sehe ich Leerheit, in ihrer Fülle und Schönheit. Offenbart sich Leerheit, so erscheint darin meine Geliebte, um mir die Leerheit des Raumes zu offenbaren. Beides Ausdruck des Absoluten, das Alles und Nichts hervorbringt.

Leerheit ist die erste Erscheinung, die erst durch die Form sichtbar wird. Fällt die Bindung an die Person weg, zeigt sich durch die Form die Leerheit aller Dinge in der totalen Fülle dessen, was ist. Das Selbst beschenkt sich in einer liebevollen Berührung mit dem, was ist, mit sich selbst. Mitgefühl, Liebe und Zartheit tränkt den Raum der Möglichkeiten.

Sobald die Leerheit aller Dinge in den Vordergrund rückt, du damit intim bist, kann es spontan passieren, dass du vom *absoluten Nichts*

verschluckt wirst. Wenn es so sein soll, kennst du dich zweifelsfrei als dies, was Liebe, Freude, Einheit und totale Wachheit ist, aber keine dieser Erfahrungen braucht, um das zu sein, was du bist. Denn das, was *du bist*, ist keine Erfahrung. Du bist immer *davor*. *Du bist*, was Erfahrung ermöglicht. Vor allem, was erscheint, in der totalen Berührung mit dem, was ist. Doch nutzt du den Moment aus Liebe zu dir und beschenkst dich mit Schönheit, Sanftheit und Liebe. Du genießt dich in dem, was IST.

Das Absolute manifestiert sich in Leere und Form. Weder an dem einen noch an dem anderen festzuhalten, offenbart eine Leichtigkeit, in der kommen kann, was kommt, und gehen kann, was geht – DU in allem bist, *was du bist*.

„Gate gate paragate parasamgate bodhi svaha.“

Gehen, gehen, über das Gehen hinausgehen,
über das Hinausgehen hinausgehen,
alles hingebend an das *absolute* SEIN.

Göttliche Intimität

Viele Menschen kennen die Erfahrung, sich für einen ewigen Moment aufzulösen, völlig zu vergessen, mit allem zu verschmelzen und gleichzeitig jenseits von allem, was objektivierbar ist zu sein.

Es gibt viele Berichte davon, dass das Erkennen oftmals jenseits jeder spirituellen Praxis geschehen ist. Dass es ganz unerwartet kam, bei einem Spaziergang, beim Sitzen am Bahnhof, im einfachen So-Sein. Aber auch oft am unabsehbaren Ende einer tiefen Krise, in der schon alles verloren schien, man ohne Hoffnung das letzte Stückchen Leben in Gottes Hand gelegt hat, in der kein Gedanke mehr an Vergangenheit und Zukunft Platz hatte. Einfach dies hier, in dem jedes „Ich“, „Dein“ und „Mein“ untergegangen ist, sich offenbarend als DAS, was nicht wirklich in Worte