

**Nun sprechen
Sera Mira & Chandra**



**Über
die Liebe**

Die neusten Denkanstöße und Erkenntnisse

Die Liebe

Welch ein großes Wort.

Heute haben wir Verstärkung bekommen. Sarya Elas sitzt mit Chandra und mir am Küchentisch, um mit uns gemeinsam über die Liebe zu philosophieren.

„Hallo Sarya, schön, dass du dabei bist. Ich bin gespannt, was wir gemeinsam herausfinden über die Liebe und ob wir es schaffen zu klären, was Liebe überhaupt ist.“

„Danke, Sera Mira, ich freue mich sehr mit euch philosophieren zu dürfen. Und dann auch noch über ein so bedeutendes Thema.“

„Chandra, mein Weiser, möchtest du beginnen, uns etwas über die Liebe zu verraten?“

Chandra **--. Na dann! Mein Weiser hüllt sich in Schweigen. Sarya lächelt und sieht mich fragend an.

„Na gut, von welcher Seite gehen wir es an? Vielleicht sollten wir zunächst einmal klären, dass es unterschiedliche Formen der Liebe gibt“, stellte ich fest.

„Ist das so?“ meldet sich mein Weiser zu Wort.

„Ich denke schon. Mutterliebe, Vaterliebe, die Liebe zum Partner, die Liebe zu dem, was man tut. Das sind völlig unterschiedliche Voraussetzungen, völlig andere Dinge.“

Chandra **++ „Und das macht dann einen Unterschied an der Liebe an sich?“

„Die Liebe ist die Liebe, egal in welcher Situation und zu welcher Person oder Situation ich sie empfinde. Da gebe ich Chandra recht. Also von der Seite kommen wir der Liebe nicht auf die Spur“, gibt Sarya zu bedenken.

„Stimmt! Der Unterschied liegt nicht in der Liebe als solches, sondern darin, welche Gedanken und Gefühle ich damit noch verbinde.“ Ich **++ „Also lasst uns

vielleicht erst einmal klären, welche Gefühle die Liebe in uns auslöst! Was haltet ihr davon?“

Beide **++, schön, dass sie sich so einig sind. Ich warte jetzt seit einigen Minuten, beide schauen mich erwartungsvoll an – und ich schaue erwartungsvoll zurück.

„Sarya, es funktioniert nicht, sie hat uns durchschaut. Wir sollten einen Beitrag leisten! Wie wäre es mit einem Brainstorming zu dem, was die Liebe in uns auslöst?“

Aha, mein Weiser wird aktiv, wie schön. Also los!

Das bisherige Ergebnis des Brainstormings:

Grenzenlose Freude

Schmetterlinge im Bauch

Das Gefühl die Welt umarmen zu können

Dankbarkeit

Na, und wer hat die vier Begriffe eingebracht? Na ich, wer sonst, meine beiden Herren halten sich bedeckt und lächeln. Vielleicht sollte ich sie mal fragen, wozu ich sie eigentlich hier brauche. Doch bevor ich das tun konnte, spricht mein Chandra. Nein, falsch, fragt mein Chandra:

„Du hast Schmetterlinge im Bauch, wenn du in Liebe an deine Kinder denkst?“

Ist er nicht ein Herzchen? „Natürlich, wieso nicht? Wenn ich sie so ansehe, erfüllt mich das mit großer Freude, Dankbarkeit und Stolz und dann spüre ich auch ein Kribbeln im Bauch – also auch Schmetterlinge. Vielleicht flattern sie etwas anders, als sie flattern, wenn ich euch ansehe, aber sie flattern.“

„Chandra, es flattert in ihrem Bauch, wenn sie uns ansieht. Das ist doch schon mal eine gute Nachricht. Und dann habe ich gerade noch was dazu gelernt. Ich wusste bisher nicht, dass Schmetterlinge im Bauch unterschiedlich flattern können. Unterschiedlich stark, ja, mag sein. Aber dass es auch Unterschiede gibt, für wen sie gerade flattern, das ist eine neue Vorstellung, der ...“

„Sarya, kann es sein, dass du in den letzten Tagen all zu oft mit Chandra zusammen warst? Oder entdecke ich erst heute, dass du offensichtlich nicht der

ruhige, besonnene, überaus einfühlsame und zuvorkommende Mann bist, für den ich dich bis vor ein paar Minuten noch gehalten habe?“, will ich nun wissen.

Sarya schmunzelt: „Nun, der Mann hat viele Seiten. Aber du liegst nicht ganz falsch, eine gewisse Beeinflussung hat stattgefunden. Natürlich nur zu deinem Wohl, meine Liebste, nur zu deinem Wohl!“

Chandra unterbricht uns und sorgt zugleich für die nächste Diskussion: *„Und Stolz, wie hat sich denn der Stolz in die Liebe gemischt. Gehört er dorthin?“*

„Siehst du ihn unter den vier Begriffen meines Brainstormings? Könntest du aufhören Haare zu spalten, wenn du schon nichts Relevantes zum Thema beizutragen hast? Sonst werde ich dich vom Weisen zum Querulanten degradieren!“

„Oh-oh, gefährliches Glatteis, Chandra, merkst du es?“, merkt Sarya an.

„Und du hast offensichtlich nicht nur deine Zeit mit Chandra verbracht, sondern auch mit Alessio?“, schloss ich aus seiner Bemerkung.

„Stimmt, aber -“

„Glatteis“ ist Alessios Spruch, daher weiß sie, dass du dich intensiv mit ihm über sie ausgetauscht hast“, klärt Chandra meinen noch recht neuen Ehemann auf.

„Du hast dich mit Alessio intensiv über mich ausgetauscht? Na wunderbar, das wird ja immer...!“

„Bevor du falsche Schlüsse ziehst. Ja, ich habe mit Alessio über dich gesprochen. Er liebt dich über alles und mir ist nicht entgangen, dass auch du ihn sehr liebst. Also war ich natürlich sehr dankbar dafür, dass er mir einiges darüber erzählt hat, was dich glücklich macht, und wo Glatteisgefahr droht.“

„Na dann! Du könntest es aber auch einfach selbst herausfinden. Wobei,...“, ich musste schmunzeln, „es hat definitiv einen Vorteil, wenn du von Anfang an weißt,

was du besser erst gar nicht versuchen solltest, und wie du wieder die Kurve bekommst, falls du es doch versucht hast.“

Chandra lacht:

„*Liebling, kann es sein, dass du heute leicht auf Krawall gebürstet bist? So drohend und angriffslustig bist du selten*“, erkundigt sich nun mein Krawallauslöser.

„Lasst uns jetzt erst einmal frühstücken! Mit leerem Magen wird meine Angriffslust nicht geringer“, gab ich zu bedenken.

„*Siehst du, Sarya, gerade hast du eine weitere Lektion erhalten. Unsere Frau ist nämlich ungenießbar, wenn sie hungrig ist. Also, wer deckt den Tisch? Wer bereitet das Frühstück?*“, kam von Chandra die scheinheilige Frage mit breitem Grinsen auf dem Gesicht.

„Glatteis, oder?“, wollte Sarya nun wissen.

„*„Glatteis“, du lernst schnell*“, bestätigten Chandra und ich wie aus einem Mund.

Frisch gestärkt, wieder ans Werk. Das reimt sich sogar. Was so ein Frühstück doch alles bewirkt. „Was haben wir bis jetzt?“

„Die Liebe ist das wunderbare Gefühl der grenzenlosen Freude, der Dankbarkeit, sie erleben zu dürfen, der flatternden Schmetterlinge im Bauch und der Bedingungslosigkeit. Ich denke, den Begriff müssen wir noch hinzufügen. Denn er ist eigentlich der Hauptaspekt, der die Liebe ausmacht. Oder?“ resümiert Sarya.

Chandra und ich nicken und stimmen dem uneingeschränkt zu. Genau das ist es, was die Liebe ausmacht. Die Bedingungslosigkeit. Die Liebe wertet nicht, sie urteilt nicht, sie wägt nicht ab, sie erwartet nicht. Sie ist – oder sie ist eben nicht.

Natürlich ist sie dem unterworfen, was der Mensch daraus macht. Ist er in der Lage diese Bedingungslosigkeit zu leben, dann wird sie ewig Bestand haben. Ist er es nicht, dann wird sie vergehen. So einfach ist das.

„Liebling, hier wäre doch die richtige Stelle, um dein Gedicht aus unserem ersten Buch nochmal in Erinnerung zu bringen. Findest du nicht?“

Ich **++.

Nichts ist so vergänglich wie die Zeit,
nur ein Nu in der Ewigkeit.
Nichts ist so beständig wie die Liebe,
wenn sie verstanden wird zu leben.



„Nun, dass die Schmetterlinge sich ewig halten, das wage ich zu bezweifeln, Sera Mira. Glaubst du nicht, dass diese Glücksgefühle und das Kribbeln im Bauch schon nach kurzer Zeit nachlassen?“

„Nein, Sarya, ich glaube, dass auch das ganz stark davon abhängt, wie die Menschen sich verhalten. In der ersten Zeit zeigt man dem Partner häufig, wie sehr man ihn liebt. Schreibt kleine Zettelchen und steckt sie dem geliebten Mann in die Jackentasche, backt ihm einen Kuchen in Herzform, kocht ihm sein Lieblingsessen... Er bringt ihr auch ohne besonderen Anlass Blumen mit, legt ihr eine Praline aufs Kopfkissen, hält ihr die Wagentür auf... All die kleinen Aufmerksamkeiten – eben Botschaften der Liebe.“

„Und du denkst, wenn man damit nicht aufhört, sondern auch dann weiter macht, wenn man sich schon länger kennt, dann bleiben auch die Schmetterlinge?“

„Ja, da bin ich mir sogar sicher, dass das so ist. Schau mal, ich bin mit Tom seit zwei Jahren verheiratet. Mein Herz schlägt heute noch höher, wenn er den Raum betritt. Unsere Liebe ist reifer, tiefer und beständig geworden, aber das hat nichts daran geändert, dass die Schmetterlinge munter tanzen, wenn er mir nur in die Augen sieht.“

„Meine weise Frau hat wie immer recht. Ich kann das nur bestätigen. Behält man die kleinen Aufmerksamkeiten und Überraschungen, die liebevollen Worte, Gesten und

Taten bei, dann hält man eine Liebe lebendig. Es gibt ja noch viele weitere Möglichkeiten eine Beziehung frisch und spannend zu gestalten und somit auch die Schmetterlinge zu hegen und zu pflegen“, bestätigt Chandra mit einem Schmunzeln.

Na, darin ist er ja Experte. Das konnte ich mir jetzt nicht verkneifen - „Sorry, Liebling!“

Chandra **++

Es ist alles so einfach und gleichzeitig das Schwierigste, was es überhaupt gibt. Sobald der Gewohnheitsaspekt eintritt, was häufig schon nach wenigen Monaten geschieht, nimmt man die Beziehung als selbstverständlich an und lässt damit nach, dem Partner zu zeigen, dass man ihn liebt. Mit der Zeit scheint man sogar zu vergessen, warum man ihn/sie einmal so geliebt hat. Zumindest empfand ich das früher meist so.

Mit meinen geliebten Männern in meiner zweiten Heimat ist es so unglaublich einfach, ja fast selbstverständlich, dass alles so liebevoll, achtsam und aufmerksam weitergeht, wie es begonnen hat. Wobei das nicht heißen soll, dass wir immer gleicher Meinung sind oder dass es keine Reibungspunkte zwischen uns gibt.

Die gibt es sehr wohl, und das ist auch gut so. Wir lernen voneinander und miteinander. Wir diskutieren die Meinungsverschiedenheiten aus. Hören uns die Meinung des anderen an, revidieren gegebenenfalls unsere eigene oder akzeptieren einfach die des anderen, wenn wir feststellen sollten, dass unsere Sichtweise in diesem Punkt für uns die richtige ist.

Das alles tut aber der Liebe keinen Abbruch. Auch dann nicht, wenn einmal richtig großer Ärger entstehen sollte. Ich fühle mich in den Partner ein, versuche seinen Standpunkt oder seine Handlungsweise zu verstehen. Und er tut das Gleiche. In dem Moment, in dem man versteht, was den anderen zu dieser Reaktion oder Handlung getrieben hat, dann ist es meist ein Leichtes, sie ihm zu verzeihen und einzulenken.

Aber hier auf der Erde - ? Schwierig, sehr schwierig. Zu viele Ärgernisse, zu viele Ungereimtheiten, fehlende Kommunikation, mangelnde Achtsamkeit, zu viele verletzende Worte, die letztendlich dazu führen, dass die Liebe schmilzt wie ein Eiswürfel in der Sonne.

Mir ist hier auf der Erde jedenfalls noch kein Exemplar Mann begegnet, mit dem ich diese bedingungslose Liebe auch nur annähernd hätte leben und aufrecht erhalten können. Für eine kurze Zeit vielleicht. Aber dann? Dann ist mehr eine Zweckgemeinschaft daraus geworden, die dann für eine Zeit auch noch so etwas wie Wohlbehagen und Vertrautheit hatte, mit Spuren von Liebe – zumindest habe ich mir das eingeredet.

Aber ab einem gewissen Punkt hat auch der Selbstbetrug nicht mehr darüber hinweggetäuscht, dass das alles nichts mehr mit bedingungsloser Liebe zu tun hat. Nun könnte man sich natürlich damit zufrieden geben. Immerhin ist Vertrautheit ja schon mal besser als nichts. Und Spuren von Liebe, sind besser als gar keine. Chandra würde jetzt fragen: „Ist das so?“ Er **++

Für manche Menschen vielleicht. Aber nicht für mich. (uns – verbessern Chandra und Sarya mich, wie aus einem Mund – nicht für uns)

Ich kann dieses Wort Zufriedenheit einfach nicht ab. Es besagt nichts Halbes und nichts Ganzes. Gerade mal besser als – **nicht ganz schlecht**. Also man gibt sich zufrieden mit dem, was man bekommt oder hat.

OK, das muss jeder für sich entscheiden. Mir genügt es nicht. Und seit ich weiß, dass es sie gibt, diese bedingungslose Liebe, schon dreimal nicht mehr. Jetzt nähre ich die Hoffnung, sie doch noch auf der Erde zu finden.

Wobei - finden ist wohl das falsche Wort. Finden müsste ich erst einmal den Mann, der das genauso sieht wie ich. Schwierig natürlich, wenn man nur in seiner Küche sitzt und mit Chandra und Sarya philosophiert. Das gebe ich zu. Aber da Engels ja sonst sehr erfinderisch sind, läuft er vielleicht doch irgendwann zufällig durch meine Küche. Schau ma mal.

In diesem Sinne. Wir wünschen euch allen, dass euch die Liebe begegnet und ihr sie zu leben lernt. Vielleicht ist sie euch ja auch schon begegnet und ihr habt schon gelernt, sie zu leben. Das würde uns natürlich besonders freuen.

„Liebling, bisher haben wir aber nur über die Liebe zum Partner gesprochen. Du hast anfänglich festgestellt, dass es unterschiedliche Formen von Liebe gibt.“

„Und du hast das in Frage gestellt. Oder habe ich das missverstanden, mein Weiser?“

„Nein, hast du nicht. Denn egal was ich liebe, für was ich brenne, bedarf es immer der gleichen Fürsorge, der gleichen Achtsamkeit und dem gleichen Engagement und der Bedingungslosigkeit, um das bestmögliche Resultat zu erzielen und die Liebe frisch und lebendig zu halten.“

„Stimmt. Wenn wir eine Tätigkeit, egal welche, oder unsere Arbeit lieben und unsere ganze Liebe und unser ganzes Herzblut hineinstecken, dann wird uns das nicht nur glücklich machen, sondern die Resultate werden auch besonders gut. Und das strahlt natürlich auch nach außen und wird dementsprechend auch im Außen wahrgenommen.“

„Ist das so?“

Dieser Mann treibt mich zur Verzweiflung. Aber er hat natürlich mal wieder recht. Es wird nur dann im Außen wahrgenommen, wenn wir es mit achtsamen Menschen im Außen zu tun haben. Und das ist leider häufig nicht der Fall.

Ein Beispiel: Ein Bäcker steckt seine ganze Liebe und sein ganzes Herzblut in die Kreation einer neuen Torte. Er stimmt die Zutaten sorgsam ab und kreiert eine wahre Geschmacksexplosion. Der Kunde, der dieses wunderbare Werk auf seinem Teller hat, stopft, während er die Zeitung liest, dieses exzellente Meisterwerk achtlos in sich hinein, ohne es zu genießen, ohne auch nur festzustellen, was er da isst. Dem Bäcker würde sicher das Herz bluten, wenn er es sehen könnte.

Oder ein anderes Beispiel: Ein Arbeitnehmer gibt sich besonders viel Mühe bei seiner Arbeit. Er soll ein Schriftstück verfassen, das zu Werbezwecken dient. Er ist kreativ, witzig und bringt die Sache auf den Punkt. Mit viel Liebe gestaltet auch er

ein Meisterwerk. Er legt es dem Chef auf den Tisch und mit strahlenden Augen erwartet er den Kommentar des Vorgesetzten. Der schaut kurz drüber, gibt ein Brummen und Nicken von sich als Zeichen – ja, ist ok – und das wars.

„Chandra, kann es sein, dass wir gerade ein neues Fass aufgemacht haben?“

Chandra **++

Na klar, die Erwartung beziehungsweise die Erwartungshaltung. Das haben wir eben nicht bedacht. Der größte Liebeskiller ist die Erwartungshaltung. Und das gilt für alle Bereiche. Erwartungen haben in der Liebe nichts zu suchen. So viel steht fest. Denn gerade sie sind es, die zu Enttäuschungen führen und somit zwangsläufig irgendwann zur Frustration und zum Liebesaus.

„Bedingungen und Erwartungen, die Liebeskiller!“, konstatiert Sarya.

Korrekt, Chandra und ich stimmen zu.

Gerade war ich am überlegen, ob man nicht mangelnde Achtsamkeit noch zu den Liebeskillern hinzufügen sollte. Aber nein! Das würde ja wieder voraussetzen, dass ich erwarte, dass im Außen wahrgenommen wird, wie viel Mühe ich mir mit etwas gegeben habe. Oh weh! Das ist ein Fass ohne Boden.

„Wisst ihr was, ihr beiden, so schnell braucht noch kein irdischer Mann durch meine Küche zu laufen. Ich habe gerade festgestellt, dass ich weit davon entfernt bin, diese bedingungslose, und ich füge hinzu - erwartungslose Liebe auf Erden zu leben. Ich glaube nicht, dass ich nicht enttäuscht wäre, wenn ich mich style und herausputze, den Tisch liebevoll decke, ein köstliches Mahl zaubere und es würde ihm noch nicht einmal auffallen. Böse Falle, das mit den Erwartungen, böse Falle, kann ich nur sagen!“

Chandra **++.

„Chandra, irgendwie ist das doch auch eine gute Nachricht, dass unsere Frau gerade festgestellt hat, dass kein irdischer Mann durch ihre Küche laufen braucht, oder?“, stellt mein Sarya nun schmunzelnd fest.

Chandra lacht herzlich und knipst ihm ein Auge.

„Na, ihr Außerirdischen, so ganz habt ihr es aber auch noch nicht geschafft“, stelle ich fest. Sie grinsen mich übermütig an.

Das ist doch mal eine gute Nachricht für uns, liebe Leser/innen, findet ihr nicht? Wenn nicht mal die hohen Herren perfekt sind, dann brauchen wir doch unser Licht nicht unter den Scheffel zu stellen? Wir sind ja schließlich noch Lernende und nicht die Meister. Jawohl, dass musste mal gesagt werden. Meine beiden lachen und nicken.

„Chandra?“

„Ja-a?“

„Hast du noch irgendetwas Weises dazu zu sagen? Zu der Lösung des Problems meine ich?“

*Liebe und achte dich selbst,
erfreue dich an dem, was du tust und erschaffst,
dann spielt die Reaktion der anderen keine Rolle mehr.*

Chandra

„So einfach ist das, meine geliebte Frau, so einfach ist das.“

Wie wahr, mein Liebling, wie wahr. (wenn es auch nur so einfach umzusetzen wäre)

„Und du, Sera Mira, hast du noch einen Ratschlag für unsere Leser/innen?“

„Einen Ratschlag nicht, Sarya, aber zwei Erkenntnisse.“

Die Liebe ist das Einzige, wofür es sich zu leben lohnt.
Ohne sie ist alles dunkel und unerfüllt.

Nicht die Liebe ist es, die uns Schmerz zufügt,
sondern die Art, wie wir sie leben und missverstehen.

Sera Mira

„Sera Mira, du hast da eben etwas über deine Hoffnung gesagt. Das wäre doch auch ein Thema, über das es sich zu sprechen beziehungsweise zu schreiben lohnen würde?“

„Und den Stolz haben wir ja zwar einvernehmlich aus der Liebe verbannt, aber er ist auch ein sehr interessantes Thema, das wir unbedingt einmal aufgreifen sollten! Zumal er viele Aspekte hat.“

Ich: **++ „Klar ihr beiden, dann gehen uns die Themen ja so schnell noch nicht aus. Ich würde gerne auch einen Teil der Rauhnacht-Themen, wie beispielsweise die Individualität oder die Neugier, noch einmal aufgreifen.“

Das werden also die nächsten Themen sein, über die wir schreiben werden. Schaut einfach immer mal unter „Unsere Erkenntnisse“ nach, was uns so dazu eingefallen ist.

Und Engels hatten auch noch Botschaften zu den Themen Partnerschaft, Bestimmung, Vertrauen und dem Resonanzprinzip angekündigt. Ihr findet sie unter „Unsere Botschaften“, sobald ich sie erhalten und niedergeschrieben habe.

Und falls ihr ein Thema habt, das euch besonders interessiert und über das wir philosophieren sollen, dann schreibt es uns doch einfach unter

info@erkenntnisse.saarland

Bis dann,

wir wünschen euch allen alles Liebe 

Chandra, Sarya und Sera Mira