

Das wöchentliche GMG-Bulletin

19. Mai 2024

Das Geheimnis glücklicher Beziehungen

Meine lieben Freunde,

letztes Mal habe ich an dieser Stelle darüber gesprochen, dass Einsamkeit heute das größte soziale Problem auf unserem Planeten ist. Ich sagte, dass wir in einer Welt leben, in der die Isolation zunimmt, in der Großfamilien verschwinden und die Möglichkeiten, anderen nahe zu sein, schwinden. Der plötzliche Anstieg und die fast schon süchtig machende Nutzung von sozialen Netzwerken im Internet durch Millionen Menschen auf der ganzen Welt ist zweifelsohne ein kollektives Kompensationsverhalten der Menschheit.

Doch wir müssen keinen Computer anmachen, wenn wir einen anderen Menschen anmachen können – für sich selbst und für uns. Und nichts macht Menschen mehr an als Momente, in denen sie authentisch verletzlich, wirklich nah oder völlig nackt sind. Mein bester Rat ist, jemanden zu finden, mit dem du alle drei Dinge sein kannst.

Aber nicht einfach irgendjemand. Ich möchte dir dringend empfehlen, dass es sich um eine Person handelt, die für dich etwas ganz Besonderes ist - und für die du bereit bist, etwas ganz Besonderes zu sein. Es gibt also zwei Fragen, die du dir immer stellen solltest, wenn du eine Person auswählst, mit der du alle drei Dinge sein kannst. Das gilt vor allem, wenn du mit dieser Person eine lebenslange Partnerschaft eingehen willst.

Ich erzähle dir das jetzt, weil ich oft gefragt werde: "Was ist das Geheimnis glücklicher Beziehungen?" Ich hatte viele unglückliche Beziehungen, und ich gebe offen zu, dass ich viel dazu beigetragen habe, dass sie unglücklich waren. Ich wünschte, ich hätte früher in meinem Leben gewusst, was ich jetzt weiß. Vor allem die zwei Fragen, die du dir in jeder Beziehung stellen musst.

Bist du bereit? Hier sind die Fragen:

Wohin gehe ich?

Wer geht mit mir?

Und ganz wichtig: Wenn du diese tiefe Selbstbefragung machst, darfst du die Reihenfolge der Fragen nicht umkehren.

Wenn du das tust, könnte es sein, dass du dich in Zukunft fragst: "Wie in aller Welt bin ich hierher gekommen? Was ist mit meinem Traum passiert?"

Deshalb ist es wichtig, dass du eine Person auswählst, die deinen Traum teilen kann. Oder dich zumindest dabei unterstützt, ihn zu leben. Und zwar nicht widerwillig, sondern mit Begeisterung, Freude und ganzem Herzen, wohin dein Traum dich auch führt.

Natürlich kann eine andere Person nicht herausfinden, was dein Traum ist, wenn du nicht irgendwo auf dem Weg eurer Beziehung mindestens zwei der drei Dinge bist - verletzlich und nah - und hoffentlich von Anfang an.

Wenn zwei Menschen sich gegenseitig dabei unterstützen, dass jeder seinen Traum lebt und dass sie dabei verletzlich, nah und nackt sind, dann wird ein Märchen geschrieben.

Es wird die Zeit von " Es war einmal...".

Und das ist die heilige Erfahrung.

Ein paar Tage nach unserer Hochzeit schrieb meine Frau, die amerikanische Dichterin Em Claire, über diese Art von Partnerschaft. Über das, was sie für uns sah. Das, was sie sich für uns erhoffte. Es ist das, was sie für uns erschaffen wollte.

Wir sagen, dass wir ein gutes Leben haben werden.

Das ist eine Garantie,
wenn wir freundlich zueinander sind.

Wenn wir geduldig sind.
Wenn du zuhörst, wenn ich spreche
und ich dich höre wenn du sprichst.

Das ist gewährleistet,
wenn wir weiterhin nacheinander suchen.

Wenn wir uns finden wollen.

Wenn ich gesehen werde, wenn ich hier bin,
und ich dich sehe, wenn du hier bist.

Wir sagen, dass dies ein gutes Leben sein wird.

Das ist eine Garantie
wenn wir nackt miteinander sind.
Wenn wir ohne Kleidung sind.
Wenn, in meiner Verletzlichkeit
du Schutz gewährst,
und wenn du schutzlos bist,
beschütze ich dich.

(© 2007. Aus dem Buch Silent Sacred Holy Deepening Heart von der
amerikanischen Dichterin Em Claire)

Damit lasse ich dich erst einmal, und wenn du willst, treffen wir uns nächste Woche
wieder hier.

Umarmungen und Liebe,

Neale

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Neale', with a stylized, cursive script.

Die Übersetzung des Textes ins Deutsche hat Heinz durchgeführt. Danke.

Humanity's Team Deutschland