



## Kommunikation in den Beziehungen

Wir bevorzugen die praktische Umsetzung von kleinen Schritten, die dafür sorgen, dass wir nicht von unserem Weg abweichen und immer das Ziel im Auge behalten: Bewusstheit, Ehrlichkeit, Freiheit, Liebe (Artikel Ausgabe 8).

Es macht keinen großen Unterschied in welcher Art von Beziehung man sich weiterentwickelt, ob in Zweierbeziehungen zwischen Mann und Frau oder gleichgeschlechtlichen Partnern, in Arbeitskollektiven, Gruppen bzw. spirituellen Gemeinschaften – das Prinzip trifft auf alle zu.

### **Nehmen wir als Beispiel ruhig die Beziehung zwischen Mann und Frau.**

Wir lassen hier die Jahrtausende alten Konditionierungen und aufgezwungenen Rollenspiele beiseite und gehen von dem Bewusstsein aus, dass gleichberechtigte Partner höchstes Niveau für den gemeinsamen Weg anstreben.

In über zwanzig Jahren habe ich viele Paare beraten und sehr oft die gleiche Beobachtung gemacht:

### ***Menschen leben zusammen und wissen nichts voneinander.***

Natürlich liegt das daran, dass sie sich selbst gar nicht kennen, aber auch das wollen wir hier außer Acht lassen.

Wenn Wille und Vertrauen übereinstimmten, konnten wir gemeinsam die Oberflächlichkeit der Beziehungen aufdecken. Über Fragen fanden wir dann heraus, wie viele Bedürfnisse, Träume und Wünsche nicht nur unbeachtet blieben sondern gar nicht bekannt waren.

Dasselbe traf selbstverständlich auf die andere Seite zu – alles, was an nie ausgesprochenen Ablehnungen, Störfaktoren und Grenzüberschreitungen unbewusst geblieben war.

Nach zwanzig Jahren Ehe gab es nicht selten die Erkenntnis, dass zwei Fremde mit gewissen Überein-

künften ein einsames Leben miteinander teilten, immer mit der versteckten Sehnsucht nach wirklicher Nähe, Vertrautheit und Zusammengehörigkeitsgefühl.

Nach manchen Beratungen war ich oft von tiefer Traurigkeit erfüllt, es machte mir ziemlich zu schaffen, was Menschen sich in der Unbewusstheit gegenseitig antun bzw. vorenthalten.

Jedes Singledasein ist einer solchen Psychohölle vorzuziehen, auch wenn wir wissen, dass Singles nicht unbedingt glücklich sind.

### **Den meisten fehlte die Kultur der Transparenz – und somit konnte es auch keine wirkliche Kommunikation geben.**

Freunde, Freundinnen, Verwandte oder andere Vertraute wurden oftmals in intime Partnerschaftsprobleme eingeweiht, wovon der Ehemann oder die Ehefrau nicht die geringste Ahnung hatten. Erst mit dem Bruch kam dann alles ans Licht, was beide Seiten dann aufs Äußerste schockierte.

Es kam manchmal einem Wunder gleich, wie ein derartiges Geflecht aus Verdrängung, Hoffnungslosigkeit, Lüge, Verschlossenheit und Resignation über lange Zeiträume hinweg aufrechterhalten werden konnte.

### **Bequemlichkeit, Existenzängste, die Angst vor dem Urteil oder dem Alleinsein und vor allen Dingen die Angst vor Veränderung wirkten geradezu lähmend auf die Betroffenen.**

Sie hatten eben nicht gelernt, offen zu sein, Gefühle, Unzulänglichkeiten und Schwächen zu zeigen.

Wir, die Nachkriegsgeneration, wussten nur sehr wenig über das Leben unserer Eltern. Die trugen ihr Herz nicht auf der Zunge und gaben uns das Vermächtnis weiter, dass man niemals die tiefsten Gefühle offenbaren dürfe, denn das würde als Schwäche gedeutet und mache verletzlich.



# Nachrichten von der Neuen Erde



Auszug aus Ausgabe Nr. 9 - Dezember 2011

Thema: Kommunikation in den Beziehungen

Seite 2/3

Auch wenn es heute etwas offener zugeht, lässt sich beobachten, dass Gefühle nach wie vor verdrängt werden, dass der Stau gewaltig ist, Menschen regelrecht krank macht und sie abschneidet von der Möglichkeit, aus sich selbst heraus glücklich zu werden.

Wenn ich mich an die intellektuellen Herrenabende meiner ersten Ehejahre erinnere, muss ich aufpassen, dass mir nicht schlecht wird.

Anfangs standen Literatur, Musik und andere schöngeistige Dinge zur Debatte, doch zu später Stunde endete es immer auf die selbe Weise: wir beklagten gegenseitig das Elend unserer Beziehungen und zogen über die „Schuldigen“ her: unsere Frauen. Gebetsmühlenartig.

Immer in dem Glauben, wir hätten Recht.

Dummheit lass nach. Ich brauchte noch mehrere Beziehungen, um zu erkennen, dass es hauptsächlich an mir lag, dass ich unehrlich war, verschlossen und arrogant – und dass nur ich mich verändern musste, wenn ich eine wahrhaftige Beziehung eingehen wollte, mit all dem Schmerz, den das Ego dabei empfindet, wenn alles offen liegt.

Das Bewusstmachen, die schonungslose Ehrlichkeit und vor allen Dingen Einsicht halfen, diesen Horror zu transformieren. Irgendwann fand ich meinen Frieden damit und konnte die Schuldgefühle loslassen. Mögen mir alle vergeben, die ich belogen, betrogen und verurteilt habe. Möge ihnen höchstes Glück zuteil werden; ich war damals nicht reif genug, sie dabei zu unterstützen...

**Jede Beziehung bietet die großartige Gelegenheit, das Beste von sich selbst zu schenken – und nur darum geht es in einer höher entwickelten Welt. Nicht: was werde ich bekommen? sondern: was werde ich geben?, sollte die Hauptfrage lauten, die jeden Hintergedanken und jedes „Geschäft“ ausschließt.**

Wie also gestaltet man die Kommunikation in Beziehungen?

Es ist ein unbedingtes Erfordernis, vollkommen transparent zu sein. Man muss miteinander über alles reden

können und es auch tun, das Bedürfnis haben, den Partner oder die Partnerin wirklich kennen lernen zu wollen.

**Über die eigenen Gefühle und Ansichten sprechen – dabei keine Forderungen stellen, nur die jeweiligen Empfindungen zum Ausdruck bringen. Verletzlich sein. Keine Schwächen vertuschen, sie ansprechen in dem Bemühen, diese zu überwinden.**

**Das geliebte Wesen kann einem dabei helfen, allein dadurch, dass wir uns so zueigen können, wie wir sind.**

Es ist gnadenvoll, mit einem Menschen zusammen sein zu dürfen, wo die Angst vor Entblößung keine Rolle mehr spielt.

**Jetzt gut aufpassen:  
Wer die Masken abgelegt hat, nichts mehr verheimlichen muss, frei ist von der Furcht, durchschaut zu werden – oh ja, der kann sich in der Tat entspannen!!!**

Ein unmittelbares Ergebnis wird sehr bald in Erscheinung treten: Energie wird frei. Immense Energie, die vorher gebunden war an die Illusion eines räuberischen Selbstbildes.

Man muss nicht mehr aufpassen, kontrollieren oder auf vergangenen Lügen weitere Lügen aufbauen. Erst ab diesem Punkt beginnt die innere Freiheit.

Aus Sicht des Egos bedarf es großen Mut, diesen Weg zu beschreiten – das ist wahr.

Ich kann nur jeden motivieren, sich niemals mit weniger zufriedener zu geben.

Schon immer heißt es: **die Wahrheit macht frei.**

Ohne Wahrhaftigkeit hat keine Beziehung auch nur die Andeutung einer Chance, etwas Höheres hervorzubringen als das verrückte Zerrbild der Polarität in der alten Energie...

Man kann Hunderte von Leben in eine Höhle meditieren, doch wird man sich in dieser langen Zeit nicht derart spirituell oder charakterlich entwickeln können wie in einer intensiv gelebten Beziehung von



# Nachrichten von der Neuen Erde



Auszug aus Ausgabe Nr. 9 - Dezember 2011

Thema: Kommunikation in den Beziehungen

Seite 3/3

wenigen Jahren. Beziehungen sind Schmelztiegel für das Ego, Turboantrieb für die Selbstverwirklichung und sie beinhalten das Potenzial der Offenbarung des Christusbewusstseins.

Ist das genug Anreiz?!

Aller Reichtum dieser Welt verblasst angesichts solcher Möglichkeiten – also nutzen wir das Wissen, schenken wir der Existenz friedliche Beziehungen.

**Wir sind die Alchimisten der Transformation auf Erden, wir verwandeln das Blei von Groll und Hass in das Gold von Vergebung und Liebe.**

Selbstverständlich kann das, was zu den Zweierbeziehungen ausgesagt wurde, auf alle anderen Beziehungen übertragen werden:

auf die Familien, das Zusammensein mit den Kindern, welche die Authentizität und gefühlvolle Ehrlichkeit der Eltern besonders zu schätzen wissen.

Wenn die Nachkömmlinge erfahren, dass jeder Mensch Fehler machen darf, sich dessen nicht zu schämen braucht, dann verschwindet die Angst und das Bedürfnis, etwas darzustellen, was im Moment nicht so ist – und vielleicht auch gar nicht so zu sein

braucht...

In Beratungen, wo es um Arbeitsverhältnisse ging, bei denen Klienten von Vorgesetzten schlecht behandelt wurden, hat sich in den meisten Fällen die Situation zum Positiven gewendet, wenn diese einfach die Wirkung gespiegelt haben, nicht durch Vorwürfe, eher in der Art: schau her, so fühle ich mich...

Die anderen können sich dann, ohne Verteidigungsmechanismen, selbst reflektieren und entscheiden, ob sie so sein wollen...

Es ist einfach und gerade deshalb wirkt es wahre Wunder...

**Probiert es aus, seid transparent, offen, verletzlich. Zeigt Gefühle und Schwächen und seid immer bemüht das Beste eures Wesens zu verschenken.**

**Wer nichts braucht, hat die Freiheit des Gebens erlangt und lebt in grenzenloser Fülle.**

Möge uns die ehrliche Kommunikation beflügeln, das Leben in seiner schönsten Form zu zelebrieren. Mensch sei Dank!

*Für Fragen rund um dieses Thema stehen wir gern zur Verfügung.*

*Seminarzentrum „Neue Erde“*

*Tel: 055 21 - 99 80 45*

*oder [info@seminarzentrum-neue-erde.de](mailto:info@seminarzentrum-neue-erde.de)*