

Wie eine Lebenspartnerschaft gelingen kann (2)

Grundsätzliches über die Ehe

Eine der Fragen, die mir häufig gestellt werden, ist, wie man den richtigen Menschen für eine Lebensgemeinschaft und Ehe auswählt. Der Versuch, den perfekten Partner zu finden, bedeutet das Unmögliche zu erwarten. Ein Grund, warum die Ehe turbulent sein kann ist, dass man in dieser Beziehung so viele Dinge teilen muss. Es geht weder um die Ehe, noch um Mann oder Frau. In jeder Situation, in der du gezwungen bist, viel mit anderen Menschen zu teilen, wirst du auf ähnliche Probleme stoßen.

In einer Ehe oder nichtehelichen Lebensgemeinschaft muss man normalerweise den gleichen Raum und vieles weitere teilen. Deswegen tretet ihr euch jeden Tag gegenseitig auf die eine oder andere Weise auf die Füße. Wenn in anderen Beziehungen jemand die Grenzen überschreitet, kann man eine Distanz schaffen. Hier habt ihr keine Wahl. Je größer die Überschneidungen, desto größer die Möglichkeit der Reibung.

Es gibt viele Paare, die wunderbar zusammenleben, die zutiefst verliebt sind und die sich gegenseitig phantastische Gefährten sind. Zugleich kann diese Beziehung die hässlichsten Formen annehmen. Ein dabei mitwirkender Umstand, dass im Allgemeinen niemand die hässlichen Dinge erfährt, besteht darin, dass sie sich hinter verschlossenen Türen abspielen. Wenn dir jemand auf der Straße auf die Füße tritt, wirst du anders reagieren, weil alle zuschauen. Aber in dieser Beziehung schaut niemand zu, und so kann alles passieren.

Was man braucht, um eine Ehe erfolgreich zu machen, ist nicht der perfekte Mensch – es gibt keinen perfekten Menschen auf dem Planeten. Was man braucht, ist absolute Integrität. Ob jemand zuschaut oder nicht, man sollte sich in gleicher Weise verhalten. Wer du bist, sollte sich nicht ändern, je nachdem, wo und mit wem du lebst. Wenn du deine Art zu sein erst einmal etabliert hast, kann die Interaktion mit einem anderen Menschen eine Freude sein. Ein weiterer Aspekt ist, dass es einen ständigen Konflikt geben wird, wenn man versucht, etwas aus dem anderen

zu extrahieren, und man selbst oder die andere Person nicht das bekommt, was sie will.

Man muss als Individuum beurteilen, ob es sich nur um ein vorübergehendes Interesse handelt oder ob ein starkes Bedürfnis besteht, jemanden an seiner Seite zu haben. Nicht jeder muss heiraten, noch muss jeder allein leben. Das ist etwas, worum sich der Einzelne selbst kümmern muss. Man sollte nur heiraten, wenn ein so starkes Bedürfnis in einem selbst besteht, dass man ohne einen Partner nicht leben kann und man glaubt, dass die Ehe ein Sprungbrett für das eigene Wohlbefinden ist.

Es ist nichts falsch daran, zu heiraten. Aber wenn man heiratet, ohne das Bedürfnis danach zu haben, dann ist es ein Verbrechen, weil man sich selbst und mindestens einen anderen Menschen ins Unglück stürzt. Wir würden jedem raten zu heiraten, wenn die Menschheit in Gefahr wäre zu verschwinden, aber die menschliche Bevölkerung explodiert gerade. Wenn ihr euch nicht fortpflanzt, erweist ihr der Menschheit einen großen Dienst. Aber abgesehen davon ist das Wichtigste – nicht jeder muss heiraten.

Als jemand Gautama den Buddha fragte: „Sollte ich einen Gefährten haben?“, sagte er: „Es ist besser allein zu gehen, als mit einem Dummkopf.“ So grausam bin ich nicht. Ich sage nur: Wenn du einen ähnlichen Dummkopf findest, dann kann man schon etwas daraus machen. Aber auf der Grundlage deiner Bedürfnisse – nicht aufgrund dessen, was die Gesellschaft sagt, nicht weil andere heiraten, nicht weil du Angst hast allein zu sein.

Was ist deine Intention gegenüber deinem Lebensgefährten? Es sollte nicht so etwas sein wie: „Wenn ich verloren gehe, dann lass mich eine anderen Menschen dabei haben, der sich mit mir verliert.“ Partnerschaft oder Ehe löst keine existentiellen Probleme. Sie kümmert sich nur um einige deiner Bedürfnisse. Wenn du starke körperliche, emotionale oder psychologische Bedürfnisse hast, dann solltest du dir einen Partner suchen. Man sollte nicht allein aus sozialen und finanziellen Gründen heiraten.

Ein weiterer Punkt, den man nicht vergessen sollte ist, dass man heiratet, weil man Unterstützung benötigt. Diese Unterstützung kann körperlicher, emotionaler, psychologischer, sozialer oder finanzieller Natur sein – was immer es auch sein mag, man heiratet nicht aus Mitleid für eine andere Person. Man heiratet, weil man bestimmte Dinge braucht.¹ Wenn die andere Person bereit ist, sie zur Verfügung zu stellen und man in Dankbarkeit lebt, dann wird es nicht allzu viele Reibungen geben.

Sucht nicht nach dem idealen Mann oder der idealen Frau – es gibt keine. Wenn du verstehst, dass es deine Bedürfnisse sind, die dich dazu bewegen einen Partner zu suchen, dann finde jemanden, der mit dir einigermaßen kompatibel ist. Wenn ihr euch gegenseitig akzeptiert, respektiert, liebt, einbindet, umsorgt und Verantwortung füreinander übernehmt, kann es eine sehr schöne Beziehung werden.

Originaltitel: How to Make Marriage Work



Sind offene Beziehungen ein Ersatz für die Ehe?

Die so genannten Rebellen halten die Ehe für Gefangenschaft, deshalb wollen sie die Ehe nicht. Sie wollen offene Beziehungen oder außereheliche Gemeinschaften oder was auch immer. Ohne irgendeinen sinnvollen Zweck zu rebellieren bedeutet gar nichts. Es ist nur das Ego. Das Ego will immer alles kaputt machen und etwas Neues anfangen. Aber wenn man mit diesen neuen Dingen 10 Jahre lang weitermacht, dann wird auch das alt und elend. Auch Paare, die in einer offenen Beziehung leben, streiten miteinander. Diese Probleme sind also nicht auf die Ehe zurückzuführen. Es liegt an der Unvollständigkeit und Unreife der Menschen selbst.

¹ *An anderer Stelle:* Wie auch die Art der Beziehung sein mag, der grundlegende Aspekt ist immer noch, dass du ein Bedürfnis zu erfüllen hast. „Nein, ich habe nichts zu bekommen, ich will geben.“ Geben ist ein ebenso großes Bedürfnis wie Nehmen. „Ich muss jemandem etwas geben“ – das ist genauso ein Bedürfnis wie „Ich muss etwas empfangen“.

Ich würde sagen, dass es töricht wäre, die Institution der Ehe jetzt zu zerstören, weil es dafür nach wie vor keinen brauchbaren Ersatz gibt. Sie ist etwas, das wir zu unserer Annehmlichkeit geschaffen haben, und es gibt immer noch keine bessere Alternative dazu. Mit den Alternativen, die geschaffen worden sind, gibt es so viel Kampf in den Menschen. Die Menschen dachten, sie könnten mit jedem zusammen sein, aber sie kämpften, sie streiten, sie haben ihre Eifersüchteleien und alle möglichen Probleme.² Ist das nicht die Realität der Welt? Angesichts all dessen wurde die Institution der Ehe geschaffen.

Wenn also von Ehe versus Zusammenleben die Rede ist, worum geht es da? Unverbindlich wollt ihr zusammenleben, das ist alles, nicht wahr? Ihr wollt nicht in einer verbindlichen Weise leben. Wenn es keine Verbindlichkeit gibt, gibt es auch kein wirkliches Gefühl von Respekt. Wenn es Intimität gibt, muss es auch Respekt vor dem Körper, dem Geist und allem anderen des Partners geben, nicht wahr? Wenn du sagst: „Ich bin dir gegenüber nicht verpflichtet, wann immer mir danach ist, werde ich gehen“, dann gibt es kein Gefühl von Wertschätzung und Respekt für die andere Person. Die Ehe ist also weder eine märchenhafte Sache, noch wird sie im Himmel vollzogen, sie ist einfach eine Verbindlichkeitserklärung, die besagt: „Ich stehe zu dir.“ Wenn du gegen Verbindlichkeit bist, dann denke ich nicht, dass du gut damit beraten bist. Es wird die Stabilität, nach der du durch diese Beziehung suchst, nicht hervorbringen. Wenn du nur auf der Suche nach Vergnügen bist, ist das deine Sache, aber wenn du stabile Lebensumstände suchst, braucht es Verbindlichkeit. Eine Ehe wird also nicht durch jemanden vollzogen, das geschieht nur aus gesellschaftlichen Gründen. Eine Ehe ist zwischen zwei Menschen, wodurch ein Gefühl der Verbindlichkeit zum Ausdruck gebracht wird: „Ich

² *An anderer Stelle:* Vor allem im Westen, und auch in Indien, wird diese Einstellung immer geläufiger: „Gut, ich werde nicht heiraten, wir werden nur zusammenleben.“ Wenn du mit nur einer Person zusammenlebst, ist es auf jeden Fall eine Ehe, egal ob du einen Trauschein hast oder nicht. Aber wenn du meinst, du kannst dir deine Partner jedes Wochenende aussuchen, fügst du dir selbst einen schweren Schaden zu. Denn so wie dein Verstand Erinnerungen hat, so hat auch dein [Körper ein Erinnerungsvermögen](#), das noch viel stärker ist. Der Körper nimmt Erfahrungen auf und speichert sie. Wenn du zu viele Erinnerungen einprägst, wird es zu Verwirrung im Körper führen.

stehe zu dir“, ist es nicht so? Ob wir tatsächlich eine Zeremonie durchführen oder nicht, kann eine Wahl sein, aber ich denke nicht, dass es eine Wahl darüber gibt, ob wir einander verpflichtet sind oder nicht. Denn dann werdet ihr nie die Freude des Zusammenseins erleben...

Ob also eine offene Beziehung oder außereheliche Gemeinschaft oder was auch immer geeignet ist oder nicht, ist eine individuelle Angelegenheit. Es gibt kein allgemeingültiges Rezept. Aber nach dem, was ich sehe, haben die meisten Menschen nicht die geistige Stabilität, um mit ständiger Unsicherheit umzugehen; sie werden verrückt werden, und das ist es auch, was im Westen passiert. Zu viele Menschen werden wahnsinnig, einfach weil sie nicht in der Lage sind, mit der Unsicherheit des Lebens umzugehen. Deine wirtschaftlichen Lebensumstände, deine sozialen Verhältnisse, sogar deine körperliche Verfassung sind unsicher. Aber wenn es zumindest in deinen emotionalen Befindlichkeiten eine gewisse Stabilität gibt, verschafft dir das eine Grundlage, um dein Leben effektiver zu leben. Wenn du jedoch in deinem Bewusstsein soweit angewachsen bist, dass du keinerlei Besitzansprüche mehr an jemanden stellst, dass du niemandem anzugehören brauchst, wenn du diese Bewusstseinsstufe hast, dann lebst du einfach. Aber bei den meisten Menschen ist das nicht der Fall.

*Aus: Live-in Relationship vs Marriage
(Artikel und Videotranskription)*



Wie liebt man bedingungslos?

Wenn es bedingungslos wird, wird sie nicht deine Frau sein. Es ist eine Bedingung der Ehe, dass sie immer deine Frau sein sollte. Wie kann es innerhalb dieser Bedingung bedingungslos sein? Im Moment ist dein Leben selbst eine Bedingung. Nur wenn du bestimmte Bedingungen erfüllst, wird Leben geschehen. Wenn es um ein Gefühl wie die Liebe geht, gibt es keine bedingte oder bedingungslose Liebe. Entweder gibt es Liebe oder es gibt keine Liebe. Entweder kennt man die Liebe in seinem Leben, oder man kennt ein Modell des wechselseitigen Nutzens. „Ich werde dir dies geben – du wirst mir das geben. Wenn du mir

dies nicht gibst, werde ich dir das nicht geben.“ Handelt es sich um ein Modell des wechselseitigen Nutzens, dann betreibt es mit Würde.

Solche auf Gegenseitigkeit beruhenden Verpflichtungen sind notwendig. Mit Geschäftspartnern, Nachbarn, Mann, Frau, Kindern, Vater, Mutter, muss es einige Transaktionen geben. Wenn du denkst, dass dies alles eine überschwängliche Liebesaffäre ist, lebst du immer noch im La-La-Land. Deine Frau sollte dich auf den Boden der Tatsachen zurückholen. Romantik ist in Ordnung, aber wenn es um Beziehungen geht, gibt es eine Transaktion. Wenn du das nicht zugeben willst, wirst du leiden. Wenn du es zugibst, wirst du lernen, sie würdevoll und gut zu führen. Wenn du sagst: „Ich habe dir so viel gegeben – was gibst du mir“, wird es hässlich. Es gibt einen Weg, es auf eine anmutige Art und Weise zu gestalten, so dass das, was du gibst, von niemandem bemerkt wird.

Aus: How to Love Unconditionally



Bedingungslose Liebe – Ein Weg zur höchsten Vereinigung

Wenn du nach der höchsten Vereinigung suchst, dann ist es mit der Liebe eine andere Sache. Wenn du nach einer Möglichkeit suchst, häusliche Angelegenheiten zu regeln, dann musst du mit Würde klären, „wer was bekommt“. Wenn jemand mehr in Anspruch nimmt als er sollte, dann heißt es: „Wenn du mir dies nicht gibst, gebe ich dir das nicht.“ Das ist eine soziale Maßnahme. Andernfalls, wenn du nach der höchsten Vereinigung suchst, solltest du nicht an all das denken. Oder mit anderen Worten: Wenn die Liebe eine bestimmte Schwelle überschreitet, und selbst wenn man sich einfach nur verliebt, wird man für jemanden verletzlich. Ohne verletzlich zu werden, gibt es keine Liebesbeziehung. Man muss sich fallen lassen. Wenn du fällst, kann dir jemand hochhelfen oder über dich drübergehen.

Die Erfahrung ist schön, weil du gefallen bist. Nicht, weil sie dich aufgehoben haben, nicht weil sie über dich gegangen sind – du hattest tatsächlich das Gefühl der Selbstaufgabe in dir, um zu fallen. Der englische Ausdruck „falling in love“ ist

wirklich angemessen und sehr schön. Es wurde immer davon gesprochen, in Liebe zu fallen. Niemand spricht je davon, in Liebe aufzustehen oder in Liebe zu klettern oder zu fliegen, denn immer wenn das, was du für „mich“ hältst, fällt, kann eine tiefe Erfahrung von Liebe in dir geschehen. Die Schönheit deiner Liebesbeziehung lag nicht in dem, was sie dir gegeben haben oder was sie dir angetan haben. Du saßest allein und dachtest, dass du diesen Menschen wirklich so sehr liebst, dass du bereit wärest zu sterben – das war der schönste Moment. Nicht der Moment, in dem sie dir ein großes Geschenk gemacht haben, nicht der Moment, in dem sie dir einen Diamant-ring geschenkt haben, nicht der Moment, in dem sie dieses und jenes über dich gesagt haben – Nein! Du saßest einfach nur da und warst bereit zu sterben – das war der Moment. Du warst bereit, nicht nur ein Fußabtreter zu sein, sondern der Staub an ihren Füßen.

*Aus: Unconditional Love vs Being a Doormat.
Where to draw the line?*



SADHGURU

Aus: ISHA.SADHGURU.ORG

(© SADHGURU, ALLE RECHTE VORBEHALTEN)