

## Über die Liebe

Von Serge Kahili King

Übersetzung aus dem Englischen von Gisela Glaser

Liebe ist wirklich eine ziemlich geheimnisvolle Idee. Die Leute scheinen zu wissen, was sie meinen, wenn sie sagen, dass sie Liebe empfinden, aber nur wenige sind in der Lage, klar auszudrücken, was sie fühlen. Ein Teil des Problems hängt mit der Unklarheit des Wortes zusammen. Es wurde zu oft verwendet und für vieles missbraucht, so dass viele Menschen denken, dass sie Liebe empfinden, wenn sie in Wirklichkeit etwas anderes fühlen. Zum einen ist Liebe nicht dasselbe wie Verlangen. Nach etwas Verlangen zu haben, bedeutet, dass du es besitzen willst, während Liebe niemals besitzergreifend ist. Liebe ist nicht das Produkt von Verlangen, und das Verlangen ist kein Produkt der Liebe. Sie sind völlig getrennt, obwohl ein Objekt des Verlangens gleichzeitig auch ein Objekt der Liebe sein kann.

Es gibt drei Schlüsselbegriffe, die erklären, was Liebe ist: Verständnis, Akzeptanz und Schenken. Verständnis kann zu Liebe führen, aber es ist nicht selbst Liebe. Deshalb ist es weniger wichtig als die beiden anderen. Aber oft bedarf es zuerst des Verständnisses, bevor es Akzeptanz gibt. Das Unbekannte muss bekannt werden, bevor die Angst, die das Unbekannte verursacht, überwunden werden kann. Sehr häufig mangelt es an Liebe, weil Angst vorhanden ist. Angst ist der Vater des Hasses, der Zurückweisung und Selbstüchtigkeit ist, das Gegenteil von Liebe. Und man kann sagen, dass Ignoranz der Vater der Angst ist. Wo Ignoranz durch Verständnis ersetzt wird, ist die Angst aufgelöst und Liebe kann hereinkommen.

Aber die Liebe wird nur eintreten, wenn sie eingeladen wird. Sie ist etwas Aktives und es gibt sie nicht, solange der Liebende nicht handelt. Ich habe Akzeptanz erwähnt, aber ich spreche nicht über passive Akzeptanz, die nichts anderes ist als Gleichgültigkeit. Ich meine die Art von Akzeptanz, die die Tür öffnet und einlädt, hereinzukommen. Und wenn der Gast drinnen ist, kommt ein anderer Aspekt von Liebe ins Spiel: das Schenken. Nicht das Schenken von Dingen, sondern sich selbst zu schenken, ohne Bedingungen. Liebe ist am besten um der Liebe willen und nicht, um etwas zurückzubekommen, noch nicht einmal, um jemandem eine Freude zu machen. Denn diese Arten von Liebe sind falsch und hohl. Sie werden wenig Befriedigung bringen, weil sie so abhängig sind von der Lust und Laune der anderen. Wenn du wirklich liebst, wird es dir nie an anderen fehlen, die dich lieben. Sie werden von dir angezogen werden wie Bienen von einer leuchtenden Blume.

Es gibt ein großartiges Geheimnis darum, andere zu lieben und wieder geliebt zu werden. Du musst dich zuerst selbst lieben. Wenn nicht schon Wasser im Hahn ist, wird nichts herausfließen, wenn du ihn aufdrehst. Wenn du nicht schon gelernt hat, dich selbst zu akzeptieren und dich selbst zu beschenken, wirst du große Schwierigkeiten damit haben, das mit anderen zu tun. Sich selbst zu akzeptieren, heißt, alle deine guten und schlechten Eigenschaften anzuerkennen und dir bewusst zu werden, dass sie das Material sind, mit dem du arbeiten kannst, dich dann zu entscheiden weiterzugehen und damit zu arbeiten. Die liebende Art des Schenkens ist nicht Verwöhnung, sondern Fürsorge, Achtsamkeit und die Anstrengung das Gute noch strahlender zu machen und das Schlechte zu verbessern. Dich selbst zu lieben, bedeutet also, die Tatsache anzuerkennen, dass du der Liebe wert bist. Viele Menschen glauben, dass sie nicht wert sind, geliebt zu werden, wegen der Dinge, die sie getan haben oder wegen der Art, wie sie behandelt wurden. Das ist absolut falsch! Es wurde so wundervoll festgelegt: Du bist ein Kind des Universums, nicht weniger als die Bäume oder die Sterne. Du hast das Recht, hier zu sein. Du bist es wert, geliebt zu werden, einfach aufgrund der Tatsache, dass du existierst. Nichts, was du getan hast, nichts, was du gedacht hast, nichts, was dir irgendjemand erzählt hat, kann etwas an dieser Tatsache ändern. So wie es auch die alten Hawaiianer so wunderbar ausgedrückt haben:

*He punawai kahe wale ke aloha.  
Liebe ist eine Quelle, die frei fließt.*

Damit ist gemeint, dass die Liebe grenzenlos und für jeden zugänglich ist.