

Partnerschaft

Spiegelkabinett unserer Gefühle

Sabine Guhr-Biermann



Partnerschaft

Spiegelkabinett unserer Gefühle

Sabine Guhr-Biermann

Libellen-Verlag 

Informatives und Lesenswertes im Netz unter
www.libellen-verlag.de

Informatives und Lesenswertes zur Lebensberatungs-Praxis der Autorin unter
www.opalia.de

Filme der Autorin über Spiritualität, Esoterik und Numerologie unter
www.opalia-spirit-media.de

Partnerschaft

Spiegelkabinett unserer Gefühle

Autorin: Sabine Guhr-Biermann
ISBN 978-3-934982-34-5
1. Auflage 2015
© Libellen-Verlag · Leverkusen
Erstveröffentlichung im Jahr 2000 im Libellen-Verlag

Coverfoto: © marinasvetlova / Fotolia
Covergestaltung: Bremer-MedienDesign, Stephan Bremer
Druck: Prime Rate Kft., H-1044 Budapest, Megyeri út 53.

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, sind dem Verlag vorbehalten.

Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

www.libellen-verlag.de

Inhalt

Vorwort	7
Einleitung	12
Unsere Lebensaufgabe	19
Unsere Hormone spielen verrückt	41
Der Beziehungsalltag	52
Der Partner als Projektionsfläche	63
Die innere und äußere Ehe	72
Die Sexualität	85
Der Astralkörpersex	101
Die Befruchtung	107
Die Familie	123
Die altgewohnten Kindheitsmuster	135
Die Rutschbahn der sexuellen Begierde	146

Die Disharmonie	155
Eifersucht – Die Suche nach mir selbst	165
Die Trennung	175
Das Traumprinzen-Syndrom	184
Wenn Liebe einseitig ist	196
Unsere inneren Bilder	204
Die gestaute Wut	212
Die Notfall-Liste	216
Die Harmonie in der Partnerschaft	220
Schlusswort	227

Vorwort



Partnerschaft zu leben heißt nicht automatisch, endlich die Erfüllung unserer inneren Wünsche oder die lang ersehnte Harmonie zu „bekommen“, sondern bietet uns lediglich eine Lernfläche, die uns hilft, uns unsere eigenen Wünsche zu erfüllen und in uns Harmonie zu finden.

Je mehr wir uns mit dem Thema Partnerschaft auseinandersetzen, desto mehr müssen wir nach innen schauen. Partnerschaft zählt zu den Themen, die unser Leben am häufigsten und unmittelbarsten betreffen. Immerhin sind wir von Natur aus auf diesen Lebensbereich der Fortpflanzung, der energetischen Verbundenheit und des Zusammenlebens ausgerichtet und müssen diesem inneren Instinkt entsprechend folgen. Je mehr wir uns jedoch auf der Suche nach dem „richtigen“ Partner befinden, desto mehr Zeit und Energie werden wir diesem Aspekt unseres Lebens widmen und das kann uns wiederum zu stark von anderen Lebensthemen ablenken.

Viele Menschen leben in einer direkten Abhängigkeit zum Bereich Partnerschaft; sie warten auf die Erfüllung und darauf, dass der/die „Richtige“ kommt, und dabei zieht immer mehr Zeit ins Land.

Sie werden älter und älter und sind immer noch mit diesem Thema beschäftigt. Je mehr Zeit wir jedoch investieren, desto höher steigen auch unsere Erwartungen hinsichtlich einer Belohnung, das heißt hier: Der zukünftige Partner muss der Traummann/die Traumfrau schlechthin sein. Immerhin war der investierte Energieeinsatz gebührend hoch und einer muss doch „die Zeche zahlen“. Da nun allerdings niemand den Energieeinsatz von uns gefordert hat, wir somit freiwillig investiert haben, können wir auch von keinem anderen einen Ausgleich erwarten.

Das Hauptproblem in Bezug auf Partnerschaft sind tatsächlich die gegenseitigen Erwartungshaltungen und die permanenten Enttäuschungen darüber, da der eine dem anderen nicht das geben kann, was er sich wünscht. Wie auch? Jeder ist auf sich selbst bedacht und kann auch nur das wahrnehmen, was er spürt. Jede, der eigenen Wahrnehmung nach noch so „berechtigte“ Forderung wird die Partnerschaft dauerhaft stark belasten und sollte von daher gründlichst überdacht werden. Partnerschaft zu leben heißt, sich freiwillig auf diesen Verbund der Gemeinsamkeit einzulassen, dort den eigenen Platz zu finden und sein Leben weiterhin selbst zu gestalten. Wenn wir unsere Augen jedoch voller Erwartung statt Liebe auf den Partner gerichtet haben, dann werden wir keine harmonische Beziehungsebene erlangen können, denn diese Haltung zeigt an, dass uns, also in uns, etwas fehlt. Solange wir im Außen auf die Ergänzung warten, werden wir die harmonisierenden und erfüllenden Energiegeschenke in unserem Inneren nicht finden können.

Vom ursprünglichen Ansatz her sind wir alle gewillt, Partnerschaft zu leben und uns zu verbinden. Wir kommen also nicht drum herum, uns mit dem Thema Partnerschaft auseinanderzusetzen. Je besser wir uns selbst kennen, desto eher werden wir auch den Partner kennenlernen wollen. Das Interesse an dem Partner ist eine Grundvoraussetzung

für eine gemeinsame Ebene. Sollten wir jedoch über den Spiegel des Partners zu sehr mit uns selbst beschäftigt sein, können wir unser wahrhaftiges Gegenüber mit all seinen Qualitäten, Bedürfnissen und Wünschen kaum wahrnehmen.

Doch Partnerschaft zu leben bedeutet auch, dem anderen etwas Gutes zu tun und das geht wiederum nur, wenn wir genau hinschauen. Viele Menschen, die in einer festen Beziehung leben, sind unglücklich, da sie sich irgendwann in eine gewohnte Rolle hineinbegeben haben und sich nun eingesperrt fühlen. Sie sind mit ihrem Leben nicht zufrieden, wissen jedoch nicht genau, warum. Denken sie darüber nach, werden sie einen traurigen Blick auf den Partner werfen, der wiederum wird genauso traurig schauen. Viele haben immer noch die Erwartungshaltung, das Glück vom Partner zu bekommen. Doch kein Partner der Welt vermag uns zu unserem Glück zu verhelfen, das können wir nur selbst tun. Damit wir nicht weiterhin so viel Zeit damit verbringen, das Glück im Außen und über einen anderen Menschen zu suchen, habe ich dieses Buch geschrieben.

Es gibt so viele Menschen, die nach dem Wunschpartner Ausschau halten und Angst haben, dass die Zeit gegen sie arbeiten könnte, da die biologische Uhr für dieses Leben abzulaufen droht und sie für ihre Nachkommenschaft immer noch nicht den passenden Partner gefunden haben. Doch was suchen diese Menschen den Traumprinzen oder die Traumprinzessin, in der Hoffnung endlich das große Los zu ziehen, um die Ernte für die langanhaltende und hoffnungsvoll geduldig verbrachte Zeit einzufahren? Oder was ist es, was sie immer wieder antreibt, auf Brautschau zu gehen? Diese Suche kann nicht erfolgreich sein, die meisten daraus entstandenen Handlungen sind schon im Ansatz unlogisch. Es gibt nicht den Traumprinzen oder die Traumprinzessin aus Fleisch und Blut. Wenn wir solch eine Person finden wollen, dann müssen wir uns in die Märchenwelt begeben,

nur ob wir dort als erwachsene reife Person einen Platz finden, ist fraglich.

Doch was wollen diese engagierten Dauersucher tatsächlich finden? In erster Linie natürlich sich selbst, in zweiter Linie aber auch den passenden Partner, mit dem sie ihr Leben teilen können. Eine Faustregel besagt: Erst wenn ich selbst weiß, wer ich bin, kann ich auf dem großen Schauplatz der Partnersuche das für mich passende Gegenstück finden. Und wenn ich es gefunden habe, was mache ich dann? Dann lebe ich einfach Partnerschaft. Einfach so? Nein, natürlich nicht, denn dann fängt der Weg der Selbstfindung erst richtig an. Die meisten haben einfach vergessen, was es heißt, Partnerschaft zu leben.

Mir persönlich ging es ähnlich, doch ich wollte mich mit dem, was ich auf diesem Gebiet erlebte, nicht einfach zufrieden geben; deshalb machte ich mich auf die Suche nach dem Sinn des Lebens und gerade auch des Partnerschaftslebens. Mehr und mehr erkannte ich die Verbindungspotenziale, so dass ich Erklärungen fand, die mir den Weg zu meiner inneren Partnerschaft ermöglichten, meinem wahrhaftig innerlich verborgenen Schatz. Diese Erfahrungswerte möchte ich nun weitergeben. Damit uns dieses wertvolle Spiegelszenario wieder bewusst wird, möchte ich mit diesem Buch ein wenig auf die alten Erinnerungen in jedem von uns aufmerksam machen. Wir alle sind tief in unserem Inneren Liebende, die sich endlich wieder leben wollen. Erst wenn uns wieder bewusst ist, wie wir Partnerschaft in uns und mit uns leben können, werden wir das innerlich gelebte Glück mit anderen Menschen bereichernd teilen können. Wir werden uns selbst glücklich schätzen und unsere Partner, mit dem wir unser Leben teilen, als absolute Bereicherung empfinden.

Ich wünsche jedem, der sich für den Weg der inneren Heilung entschieden hat, viel Erfolg und alles Gute auf seinem eigenen Le-

bensweg. Erst wenn wir gelernt haben, unsere innere Partnerschaft zu leben, dann sind wir auch im Außen partnerschaftsfähig. Sollten wir uns dann mit dem Partner unserer Wahl „paaren“ wollen, um der Aufgabe der Fortpflanzung nachzukommen, dann werden wir auch diesem inneren Trieb gerecht werden. Je freudiger wir in unsere Zukunft blicken, desto schöner wird sich unser Leben mit allen Höhen und Tiefen gestalten.

Und eins sollten wir alle nicht vergessen: Wenn wir gesunde Kinder haben wollen, dann sollten diese gesunde und glückliche Eltern haben, damit sie diese Lebensform als lebendiges Vorbild erhalten und sich daran laben können. Da es keinen Energieaustausch gibt, der einseitig erfolgen kann, müssen wir bereit sein, uns emotional zu öffnen und uns auf einen Partner wie auch auf andere Menschen, die uns besonders wichtig sind, einzulassen. Die Liebe ist das höchste Gut, um sich in Licht und positive Energie eingehüllt, den Aufgaben seines Lebens zu stellen. Und je mehr Liebende es gibt, desto schöner und heller wird die Menschheit in Frieden und Harmonie dem Licht entgegengehen können.

Die Autorin

Einleitung



Nun wollen wir uns mit dem Bereich Partnerschaft auseinandersetzen und fangen mit dem Thema Glück an. Die meisten Menschen nehmen das Sinnbild des Partners als ureigensten Wertmaßstab, um sich auf dieser „Glücksskala“ werten zu können. Nach dem Motto: Der Partner soll mir das Glück geben, das ich mir selbst nicht geben möchte oder meine, nicht geben zu können. Viele jagen somit dem Glück hinterher, in der Hoffnung, endlich einen Funken dieses Lebenselixiers erhaschen zu können. Sie suchen, um zu finden, doch sie suchen im Außen und nicht in sich selbst. Sie wissen nicht, dass ihr einziges wahrhaftiges Glück nur in ihrem Inneren zu finden ist.

Wo steht das? Wer weiß darüber Bescheid? Was sehen wir in den Spielfilmen, die allabendlich vor unseren äußeren Augen ablaufen und in uns eine Flut von Emotionen auslösen? Wir sehen und erkennen, wie leicht unser Leben wird, wie weit unsere Probleme in die Ferne rücken, wenn wir den lang herbeigesehnten Partner endlich in unsere Arme schließen können. Wir schweben dann auf Wolke sieben und können uns kaum vorstellen, irgendwann wieder unsanft auf die Erde aufgesetzt zu werden. Doch genau das muss immer wieder passieren. Wir sind Erdlinge, also müssen wir uns stetig

erden, um wieder auf den Boden der Realität und der Tatsachen zurückzukommen. Je stärker unser Realitätsbewusstsein ist, desto weniger können wir aus „allen Wolken fallen“.

Nur so können wir lernen, nur so sind wir in der Lage, uns selbst zu finden und unserem Leben treu zu dienen. Wir alle haben Lernaufgaben, denen wir Folge leisten müssen und damit wir unsere Aufgaben überhaupt erkennen können, brauchen wir andere, die uns unseren eigenen Weg offenbaren und somit unsere Verfehlungen offen und ungeschminkt auf den Tisch legen. Natürlich geben wir niemandem offiziell die Genehmigung, solche „denunzierenden“ Handlungen für uns zu vollziehen und trotzdem: Wir suchen andere, die uns alleine über den Spiegel ihrer selbst, der uns dann wiederum trifft, an unsere eigenen Themen erinnern.

Wir brauchen den Spiegelhalter, damit wir unser Gesicht im Lichterglanz des Spiegelbildes erkennen können. Solange wir nur über das äußere Spiegelbild mit uns selbst beschäftigt sind, solange werden wir uns bewusst mit unseren eigenen Verfehlungen wohl kaum auseinandersetzen. Da wir also freiwillig selten lernwillig sind, brauchen wir andere, die uns daran erinnern. Doch wer kommt dafür in Frage? Personen, die uns unwichtig sind? Nein, von diesen Personen lösen wir uns viel zu schnell wieder. Also müssen unsere Spiegelbild-Personen wichtig sein, sonst funktioniert das System nicht. Wir müssen gewillt sein, in den Spiegel des anderen zu schauen, sonst sind wir nicht dazu bereit, uns mit dem Spiegelbild und somit mit uns selbst auseinanderzusetzen.

Wir brauchen also einen tiefen emotionalen Verbund, sonst würden wir uns nicht mit einem Menschen beschäftigen. Somit kommt also schon mal jeder, der uns wichtig ist, für solche Spiegelungen in Frage. Bei einigen ist die Palette der Auserwählten dabei sicherlich

ziemlich groß, doch handelt es sich hier nicht nur um Menschen, die wir uns bewusst aussuchen und zu denen wir tiefe positive Emotionen haben, sondern oftmals auch um solche, um die wir lieber einen großen Bogen machen würden. Doch gerade mit diesen müssen wir uns ebenfalls beschäftigen, um unsere eigenen umgangenen Energieanteile und inneren „Bögen“ erkennen zu können.

Solange wir also selbst einen großen Bogen um unsere eigenen Probleme machen, solange wollen wir uns absolut nicht mit unserer innerlich gelebten Problematik auseinandersetzen. Sollten wir dann die wertvollen Spiegel im Außen meiden wollen, dann treten diese mit immer neuen Gesichtern und Masken in unser Leben, damit sie auf der Showbühne unseres Lebens einen garantiert gut sichtbaren Platz bekommen.

Wir alle tragen Schattenseiten in uns, denen wir genauso viel Aufmerksamkeit schenken sollten, wie unseren Talenten und Lieblingscharaktereigenschaften. Da die meisten jedoch diese inneren, dunklen Seelenteile nicht wahrhaben wollen, brauchen sie ihre äußeren Mitspieler, die ihnen helfen, ins Bewusstsein vorzudringen; dies funktioniert am besten, wenn sich eine andere, für uns wichtige Person, in unserer Umgebung befindet, die uns genau an unsere eigenen Schattenseiten erinnert. Dadurch haben wir die Chance, uns an uns selbst zu erinnern und uns mit unseren eigenen Schattenanteilen zu beschäftigen. Das alleine ist der Grund, warum wir Ärgernisse auf der materialisierten äußeren Ebene gespiegelt bekommen, wir müssen uns an den in uns existierenden Spiegel, an die inneren Energieverknüpfungen erinnern. Erst dann sind wir in der Lage, inneren und äußeren Frieden zu finden.

Doch leider denken wir über solche Ebenen viel zu wenig nach. Oftmals versuchen wir, unseren inneren Frieden über den Partner

zu finden. Das wiederum geht jedoch nicht, da wir eine Emotion, die sich in uns befindet, auch nur in uns finden und dort verändern können. Dies ist der einzige Grund für unsere zahlreichen Auseinandersetzungen mit dem „Spiegel“, die für Außenstehende stets schwer nachvollziehbar sind. Doch so funktioniert es im Allgemeinen: Erst wenn wir an uns selbst erinnert werden, werden wir an unsere innere Disharmonie erinnert und diese gilt es dann zu schlichten.

Streit, den ich im Außen erlebe, lebe ich wahrhaftig in mir und bekomme ihn dann nur noch im Außen präsentiert. Das erklärt auch sehr einfach, warum es Menschen gibt, die permanent von einem Fettnäpfchen ins andere treten. Sie stehen vor einer Lösung und versuchen immer wieder, vor sich selbst zu flüchten. Damit sie sich nun selbst nicht vergessen und ihre inneren Themen bearbeiten, bekommen sie so viele Spiegel vor die Nase gesetzt, bis sie es nicht mehr vermeiden können, zu erkennen, warum das so und nicht anders passiert. Es gibt also keinen Menschen, der einem anderen bewusst einen Spiegel vor die Nase setzen möchte, um seinem Gegenüber zu schaden. Jeder nutzt die Gelegenheit letztlich nur dazu, um selbst seine Erkenntnisse zu sammeln und mehr nicht.

Die meisten jedoch verstehen das System nicht und versuchen eher, den anderen zu verstehen und zu analysieren, als sich selbst. Sie hoffen, dass dieser sich verändert, damit sich auch die eigenen Probleme, durch ihn gespiegelt, wieder in Luft auflösen. So versuchen sie, eher den Spiegel zu bekämpfen, um nicht mehr an ihre Probleme erinnert zu werden. Denn wenn der andere sich ändert und somit das offensichtliche Problem nicht mehr spiegeln kann, dann geht es uns doch wieder gut, oder? Im Klartext: Wenn der Partner das Problem löst, ist es doch weg, wen stört es dann noch? Doch so einfach ist es nicht. Jeder Mensch, der in uns Emotionen auslösen kann, ist für uns wichtig und wertvoll. Und jeden, der uns wiederum so wertvoll

ist, wollen wir um jeden Preis behalten, damit wir uns wohlfühlen können.

Partnerschaft zu leben heißt, sich auf seine eigenen Gefühle einzulassen. Ich kann somit nur Partnerschaft leben, wenn ich bereit bin, mich selbst auf meine eigenen Emotionen treu zu verlassen. Erst dann werde ich auch meinen Partner und somit mein Gegenüber real, so wie er ist, wahrnehmen können. So baut sich im Laufe der Zeit eine Partnerschaft auf, die ein Fundament, ein Zuhause für zwei Menschen bildet; von dort aus können sie dann gemeinsam weiter wachsen und sich auch vermehren, wenn sie das wollen. Das ist das Prinzip der Evolution, dem wir alle unterliegen. Da der Partner mir jedoch nicht nur meine angenehmen Gefühle, sondern auch gerade meine unangenehmen, ungeliebten Emotionen mit nach vorne ins Bewusstsein bringt, verschließen sich viele Menschen immer wieder schnell, da sie sich von ihren eigenen Emotionen bedroht und somit negativ beeinflusst fühlen.

Eine emotionale Wankelmütigkeit und somit ein Öffnen und Schließen gegenüber dem Partner versagt die partnerschaftliche Verbindung, denn eine Partnerschaft kann letztlich nur fruchtbar werden, wenn beide füreinander geöffnet bleiben. Da die meisten sich jedoch, wie schon erwähnt, immer wieder gerne verschließen, hat die Partnerschaft oftmals keine Chance, sich zu entwickeln. Der Mensch hat von Grund auf den Wunsch, Partnerschaft zu leben und kommt somit kaum daran vorbei, sich diesem Thema bewusst stellen zu müssen. Jeder hat somit tief in seinem Inneren die Bereitschaft, auf einen anderen Menschen zuzugehen und sich mit ihm zu verbinden.

Je mehr persönliche Probleme der Einzelne in sich trägt, desto weniger wird er bereit sein, sich einem Partner emotional zu öffnen, geschweige denn, sich selbst einzugestehen, dass er sich tatsächlich

tief einlassen möchte. Deshalb zerbrechen so viele Partnerschaften nach einer viel zu kurzen Kennenlernphase, die ein wirkliches Kennenlernen kaum ermöglicht. Die meisten denken immer noch, dass der Partner dann nicht der „Richtige“ gewesen sein kann, wenn die alten Verletzungen sich wieder zu Wort gemeldet haben. Doch woher wollen sie das wissen, wenn sie ihn gar nicht kennengelernt haben? Erst wenn wir uns wirklich intensiv mit einem anderen Menschen beschäftigt haben, erst dann können wir ermesen, was uns alles an ihm gefällt und inwieweit diese Person es uns wert ist, sich mit ihr so einzulassen, dass wir unser gesamtes Leben an ihrer Seite verbringen wollen.

Einige Leser werden an dieser Stelle bestimmt einen Einwand haben, der wohl berechtigt ist. Natürlich befinden wir uns im Wassermannzeitalter und natürlich haben wir das Recht, uns zu wandeln und auch bei Bedarf den Partner zu wechseln. Der Wechsel sollte jedoch nur dann vollzogen werden, wenn wir keine weitere Entwicklungschance an der Seite dieses Menschen haben. Solange der Partner uns jedoch emotional wichtig ist, egal ob wir ihn nun lieben oder sogar ablehnen, solange sollten wir uns mit ihm beschäftigen, um uns selbst zu finden.

Wenn wir uns zu schnell lösen, treffen wir auf einen neuen Partner, der uns wiederum einen ähnlichen Spiegel vor die Nase halten wird. Immerhin haben wir die Aufgabe, unser Leben zu verstehen und das können wir nur, wenn wir dazu bereit sind. Sollten wir dies nicht sein, dann wird unser Schicksal dafür sorgen, dass wir immer genug Situationen präsentiert bekommen, damit wir Erfahrungen sammeln und weiterhin lernen können.

Das heißt, unsere unbewusst ausgewählten Partner tragen uns immer wieder dieselbe Lernthematik vor, bis wir sie begriffen haben. Im

Klartext: Solange wir uns über den Partner ärgern, sind wir noch nicht bereit, die Spiegelbilder, die er uns vor die Nase hält, als unsere eigenen Probleme anzuerkennen und solange ist diese Partnerschaft absolut fruchtbar für uns. Erst wenn wir von dem Partner nichts mehr lernen können und wir keinen Sinn mehr in der Fortführung der Partnerschaft erkennen, ist eine Trennung eine Erlösung, die dann automatisch unseren Lebensweg kreuzen wird. Auch eine Trennung muss somit als Ist-Zustand angenommen werden. Doch bevor wir uns mit der Trennung beschäftigen, werden wir uns erst einmal mit den Spiegelbildern und mit den ursprünglichen Themenbereichen der Partnerschaft auseinandersetzen.

Wir alle sind erst partnerschaftsfähig, wenn wir bereit sind, „innere“ Partnerschaft mit unseren eigenen Energieanteilen zu leben; erst dann können wir auch im Außen die Partnerschaft leben, die wir uns in unseren kühnsten Träumen vorgestellt haben. Dieses Buch wird sich mit den Themen: Spiegelbilder, Selbstfindung, der Weg zur inneren Harmonie, Verbindung der Partnerschaftskomponenten, Sexualität, Herkunftsfamilie, Familie, Ehe, Kinder und auch Trennung beschäftigen. Erst wenn wir das dahinter liegende System wiedergefunden, verstanden und für uns umgesetzt haben, sind wir glückliche Menschen, die glücklich Partnerschaft leben können und glückliche Kinder haben werden. Wenn Sie auf der Suche nach diesem Weg sind, dann wird dieses Buch genau das Richtige für Sie sein. Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Wiederfinden, Wiedererkennen und auch Umsetzen.