

## O LJUBEZNI IN BIVANJU

***Ljubezen ne zahteva in ne prosjači, v njej ni odvisnosti in dokazovanja. Resnična ljubezen je brezpogojna, brezčasna in neuničljiva. Ima moč, da obstaja sama po sebi.***

**To so lepi stavki, a mnogi vemo, da traja dolgo časa, preden začnemo izkušati njihovo resnico. Najprej moramo ugotoviti, kaj ni ljubezen. Šele ko smo res siti bolečine, zmede in bitk z osebami, s katerimi nismo dušno povezani, smo se pripravljene odpreti resnični ljubezni. Takšen odnos nas vodi k bivanju, k duši.**

To pa še zdaleč ne pomeni, da je lahko biti v odnosu z dušnim partnerjem. Mnogi ljudje pričakujejo, da jim bo v večini stvari podoben in da bo življenje z njim kot v pravljici. A ob nekom, ki deluje na podoben način kot mi, ne moremo rasti proti svojem jedru, saj nas ne sooča s senčnimi deli naše osebnosti. Naš dušni partner pa je naše nasprotje in kot tak večino stvari naredi povsem drugače, kot bi jih naredili sami. Tako naši osebnosti velikokrat trčita druga ob drugo in se dregata v občutljive dele, ki bi jih rajši skrili pred zunanjim svetom. Na ta način smo se prisiljeni soočiti s svojimi ponavljajočimi se vzorci in deli sebe, ki jih ne sprejemamo. To je pomembno, če nam je namenjeno iti do jedra našega bivanja. Moramo se res naveličati svojih ponavljanj, saj bomo le tako hoteli prenehati z njimi. A dolgo časa nam ni jasno, da imajo partnerske napetosti tovrsten namen in nanje se odzivamo s samoobsojanjem in negotovostjo, obtoževanjem in jezo.

Tudi vživljanje v partnerjeve misli in čustva nam povzroča vedno več bolečine, saj se le redko odzove tako, kot bi želeli. V svojem umu se tako vrtimo v krogu, kot pes, ki skuša ujeti lasten rep. Postaja nam jasno, da moramo prenehati s tem. Dejstvo je, da ne moremo poznati misli in čustev drugih ljudi in zato je vživljanje vanje ena od največjih iluzij človeštva. A ker smo ta mehanizem odzivanja uporabljali vse življenje in je globoko vcepljen v nas, traja precej dolgo, preden začne izzvenevati.

Ko se temeljno odločimo zase (kar pomeni, da želimo sprejeti svojo osebnost takšno kakršna je, hkrati pa damo prednost duši), pridemo v proces, v katerem začnemo sprejemati svoje nezmožnosti. Na ta način se učimo pogosteje ostati v stiku s seboj. Če nam to uspe ob našem partnerju, potem zmoremo ostati v stiku s seboj tudi ob večini drugih ljudi. Vedno bolj se zavedamo tega, kar nas ohranja v iluziji - na primer idej o dobrem in slabem, ki so vzrok naših projekcij in sodb. Z

opuščanjem morale počasi odpada primerjanje z drugimi. Tudi njih vse pogosteje sprejemamo z njihovimi nezmožnostmi, saj se bolj osredotočamo na njihove zmožnosti.

Tisto, kar nas najbolj omejuje na poti k bivanju, pa je naša potreba po nadzoru. Vedno hočemo obdržati možnost izbire, kar je glavna značilnost osebnosti. A le, če spustimo nadzor iz rok, lahko duša prevzame vajeti. Notranja napetost nas vodi v neke vrste osamo, kajti nočemo in ne moremo več ponavljati starega, ne vemo pa še, kako iti naprej, novemu naproti. To stanje izkušamo kot umiranje. In resnično gre za »umiranje« osebnosti in rojevanje v dušo, tisti del nas, ki je večin in spojen s celoto. Na pot so nam postavljene razne izkušnje, ki nas vlečejo iz osebnosti k bivanju, k enosti z vsem, kar obstaja. Izkušati začnemo resnično spremembo. To pomeni, da se na situacije odzivamo drugače kot prej, maska osebnosti odpada.

Celoten proces je dolgotrajen in zahteven, saj je veliko trenutkov, ko ne vemo, kaj se dogaja z nami. Poleg tega je osebnost zelo trmasta in nas zlahka spet potegne v samoprevaro. Dragoceno je, če nas v procesu lahko usmerja nekdo, ki je že prehodil pot, po kateri gremo, in čigar dušna naloga je podpirati druge na njihovem potovanju k bivanju.

Mateja Hana Hočevar in Hai Ottenheim