



Ich brauche deine Liebe - ist das wahr?: Liebe finden, ohne danach zu suchen

Byron Katie, Michael Katz

 **Download**

 **Online Lesen**

Ich brauche deine Liebe - ist das wahr?: Liebe finden, ohne danach zu suchen Byron Katie, Michael Katz

 [Download Ich brauche deine Liebe - ist das wahr?: Liebe finden, ...pdf](#)

 [Online Lesen Ich brauche deine Liebe - ist das wahr?: Liebe finden ...pdf](#)

Ich brauche deine Liebe - ist das wahr?: Liebe finden, ohne danach zu suchen

Byron Katie, Michael Katz

Ich brauche deine Liebe - ist das wahr?: Liebe finden, ohne danach zu suchen Byron Katie, Michael Katz

Downloaden und kostenlos lesen Ich brauche deine Liebe - ist das wahr?: Liebe finden, ohne danach zu suchen Byron Katie, Michael Katz

320 Seiten

Kurzbeschreibung

Byron Katies System der vier Fragen („The Work“) ist eine überzeugende und verblüffend einfache Methode der Selbsterkenntnis

Byron Katies Methode der „Wahrheitsfindung“ hat bereits Hunderttausenden geholfen, ihr Leben einfacher zu machen, Stress abzubauen und mit sich selbst und anderen liebevoller umzugehen. In diesem Buch wendet sie ihre vier einfachen Fragen auf den Bereich der Partnerschaft an, von der intimen Zweierbeziehung über enge Freundschaft bis zu kollegialen Beziehungen. Byron Katie hilft dem Leser, tief verwurzelte Überzeugungen bezüglich Anerkennung, Wertschätzung und Liebe in Frage zu stellen und dadurch echte, vertrauensvolle Beziehungen aufzubauen.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Byron Katie, Jahrgang 1942, wuchs in Südkalifornien auf. Von der Mitte der siebziger Jahre an litt sie unter schweren psychischen Problemen, von denen sie 1986 durch ein Erleuchtungserlebnis spontan befreit wurde. Sie entwickelte "The Work", ein System der Selbsterkenntnis, das seitdem unzähligen Menschen geholfen hat. Ihr erstes Buch, das die Funktionsweise von "The Work" beschreibt, wurde ein internationaler Bestseller und liegt in deutscher Sprache unter dem Titel "Lieben was ist" vor. Byron Katie vermittelt ihr System auf Vortrags- und Seminarreisen in vielen Ländern der Welt. Leseprobe. Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Rechteinhaber. Alle Rechte vorbehalten.

Vorwort

Das Interessante an Byron Kathleen Mitchell (ja, ihre Eltern gaben ihr tatsächlich den Namen Byron – Byron Kathleen Reid) ist das, was sie über die Liebe entdeckt und zu lehren hat. Es ist außergewöhnlich, und dieses Buch wird Ihnen zeigen, wie auch Sie es entdecken können. Wenn Sie es verstanden haben, ist alles ganz offensichtlich, und wenn Sie es ausprobieren, wird es Ihr Leben verändern. Bei mir funktioniert es. Und damit Sie nicht meinen, dass diese Frau sich in einer Weise von anderen Menschen unterscheidet, die sie befähigt, Dinge zu tun, die Sie nicht fertig bringen, ist es vielleicht gut, wenn Sie etwas über sie erfahren. Auf diese Weise werden Sie erkennen, dass sie etwas zu vermitteln hat, das bei uns allen funktionieren kann, besonders bei Ihnen. Ihr Leben war so gewöhnlich und schwierig und erfolgreich, voller falscher und richtiger Entscheidungen wie die meisten anderen Leben.

Wenn in den alten Geschichten über weise Menschen berichtet wird, die aus der Wüste zurückkehren, dann sind sie gewöhnlich in weite Gewänder gekleidet – wie alle sie in der Wüste trugen –, und sie können gar nicht anders, als über das zu sprechen, was sie herausgefunden haben. Heutzutage wirken solche weisen Menschen äußerlich oft gar nicht so ungewöhnlich, haben vielleicht eine kunstvolle Hochfrisur, lange Fingernägel und sind im Immobiliengeschäft tätig. Byron Kathleen Mitchell (jeder nennt sie Katie) war im Immobiliengeschäft tätig, und auch wenn sie keine Hochfrisur mehr hat und heute die schlichte, elegante Kleidung von Eileen Fisher trägt, muss sie doch immer noch über das reden, was sie entdeckt hat.

Sie kommt tatsächlich aus der Wüste, aus Barstow. Das ist der erste Teil der Schöpfungsgeschichte dieser Entdeckung. Barstow liegt in der Mojave-Wüste in Südkalifornien, die letzte Station vor der langen Tour hinüber nach Arizona. Hier gibt es einen Rangierbahnhof und ganz in der Nähe eine Luftwaffenbasis, deren militärisches Personal am Rande der Wüste nette Reihenhäuser mit gepflegten Vorgärten bewohnt. Sogar nach Wüstenstandards ist die Mojave eine triste Gegend, in der es nicht einmal Kakteen gibt, die jedoch wahrhaft schön wird, wenn man sie aufmerksam betrachtet. Wenn Sie dort mit Katie bei Sonnenuntergang

spazieren gehen, streichelt der warme Wind Ihre Haut, die Felsen wirken ätherisch in ihren Schattierungen von Braun und Gelb, Schwarz und Rot, und die Schatten sind blau. Katie führt Sie durch Schluchten hinauf zu Stellen, wo Wasser im Verborgenen tropft, und vielleicht erkennen Sie dann, dass die Wüste freundlich ist, und glauben ihr, wenn sie sagt, sie sei ihre Lehrerin gewesen.

Ihre Geschichte ist einzigartig und doch alltäglich. Sie lebte glücklich mit drei Kindern und einem Ehemann, der sie liebte, war eine erfolgreiche Geschäftsfrau, und dann wurde sie unglücklich – schrittweise zunächst, dann aber jäh und unvermittelt. Sie legte eine Menge Gewicht zu, begann zu trinken, wurde reizbar und furchtsam, schlief nachts mit einem Revolver unter dem Kopfkissen. Der Revolver unter dem Kissen ist in Barstow nicht so ungewöhnlich, wie er es in San Francisco wäre, aber er beunruhigte ihre Familie. Sie kümmerte sich weiterhin um ihr Geschäft, war aber in fast jeder anderen Hinsicht hilflos und fühlte sich zutiefst wertlos. So weit ist dies eine gewöhnliche Geschichte mit gewöhnlichen Schmerzen, unter denen man leidet: Man geht seinen Weg und schaut nach vorne, bis einen etwas von der Seite am Kopf trifft und nach Aufmerksamkeit verlangt.

Der interessante Teil einer Geschichte beginnt meist mit dem Augenblick, wo man auf der Straße nach Damaskus von seinem Esel herunterfällt, und so war es auch bei Katie. Ihre Krise war massiv und schien sich nicht mehr von alleine zu lösen. Es war eine existenzielle Krise. Ihre Familie befürchtete schon, sie könnte wahnsinnig werden. Sie besorgte sich einen Platz in einem Therapiehaus für Essgestörte, weil das die einzige Art von Behandlung war, für die ihre Krankenversicherung zahlte – die nette, praktische amerikanische Art. Diese absurde Idee erwies sich jedoch als zweckmäßig. Sie tat eine Weile einfach nichts, und es war keine Therapie, was ihr schließlich half. Eines Morgens wachte sie auf, die Welt hatte sich gewendet und mit ihr Katies Herz. Sie war auf der Straße nach Damaskus von ihrem Esel gefallen, und ihr Leben sollte nie wieder so sein wie vorher. Das war 1986.

Etwas war sehr plötzlich und intensiv über sie gekommen, eine Veränderung, die ohne jeden Grund geschieht und in Asien Erleuchtung genannt wird. Plötzlich hatte sich alles ins Gegenteil verkehrt. Wo sie zuvor furchtsam und verzweifelt gewesen war, empfand sie jetzt in jedem Augenblick Liebe und Güte. Alle staunten darüber, besonders ihre Kinder. Sie sagen, es sei ein Unterschied wie Tag und Nacht gewesen. Sie wussten sofort, dass sie keine Angst mehr wegen ihrer Mutter haben mussten. Plötzlich war sie liebevoll, hörte ihnen zu, wurde nicht mehr wütend, war begeistert vom Leben ihrer Kinder, und das half ihnen, ebenfalls Begeisterung zu empfinden.

Aber was hatte sich nun eigentlich geändert? Katie machte eine wirklich einfache Entdeckung. Sie bemerkte, dass sie an ihre Gedanken geglaubt und sich damit in Angst und Entsetzen getrieben hatte. Dann hörte sie auf, ihren Gedanken zu glauben, und zugleich hörte die alte Welt auf zu existieren. Der innere Konflikt und die Angst verschwanden. Von da an empfand sie ein tiefes Mitgefühl für andere Menschen in derselben Notlage und wollte ihnen erklären, was sie erkannt hatte. Dieses Gefühl der Verbundenheit und Liebe war der Beginn einer Methode, anderen zu helfen.

In ihren eigenen Worten:

Ich sah ganz klar und ohne jeden Zweifel, dass alles, was ich früher geglaubt hatte, völlig ins Gegenteil verkehrt war. Mein Denken hatte sich gegen alles gerichtet, wie es wirklich war, und mir Geschichten darüber erzählt, wie es meines Erachtens sein sollte. »Mein Ehemann sollte aufrichtiger sein.« »Meine Kinder sollten mich mehr respektieren.« Jetzt erkannte ich, dass ich nicht gesehen hatte, was wirklich geschah, sondern stattdessen den Ereignissen meine Bedingungen gestellt hatte – als ob ich die Wirklichkeit hätte diktieren können.

Jetzt begriff ich, dass die Wahrheit das genaue Gegenteil war. Mein Ehemann sollte nicht aufrichtiger sein – weil er es nicht war. Meine Kinder sollten mich nicht mehr respektieren – weil sie es nicht taten.

Augenblicklich begann ich, die Realität zu lieben. Ich stellte fest, dass sich diese Aussagen natürlicher und friedvoller anfühlten.

Und was den Rest anbetrifft: Wie lebt man, wenn man glücklich ist? Nun, einige Dinge änderten sich drastisch. Sie wurde wieder schlanker, und ihr Ärger und ihre Traurigkeit waren verschwunden. Andere Dinge sahen von außen nicht so ungewöhnlich aus. Sie heiratete wieder. Sie hält einen engen Kontakt zu ihren Kindern, die all die gewöhnlichen und überraschenden Dinge tun, die Kinder eben tun – ihre Tochter hat inzwischen selbst mehrere Kinder, und Katie erzählt Geschichten darüber, wie sie bei den Geburten dabei war. Einer ihrer Söhne fährt gerne Motocross-Rennen und macht Rock-Musik in Los Angeles. Der andere ist Elektriker und hat drei Kinder. Familienleben.

Was sich völlig verändert hat, ist Katies Berufsleben. Nachdem ihre Welt stillgestanden hatte, war sie in ihren Begegnungen mit anderen Menschen so voller Frische und Präsenz, dass die Leute in Barstow von der Frau zu sprechen begannen, die »erleuchtet« war – als würde in ihrem Inneren ein Licht glühen. Sie sprachen mit ihr über das, was ihnen Schmerzen verursachte, und sie nahm sie mit nach Hause, lud sie zum Essen oder zu einer Tasse Tee ein und setzte sich mit ihnen aufs Sofa. Sie ließ sie ihre Stress verursachenden Gedanken aufschreiben und machte sie dann mit ihren Fragen vertraut, deren erste heißt: »Schätzchen, ist das wahr?« Katie sagte niemandem, was er oder sie tun oder glauben sollte. Die Leute...

Download and Read Online Ich brauche deine Liebe - ist das wahr?: Liebe finden, ohne danach zu suchen
Byron Katie, Michael Katz #MD5JXA2LRE3

Lesen Sie Ich brauche deine Liebe - ist das wahr?: Liebe finden, ohne danach zu suchen von Byron Katie, Michael Katz für online ebook Ich brauche deine Liebe - ist das wahr?: Liebe finden, ohne danach zu suchen von Byron Katie, Michael Katz Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Ich brauche deine Liebe - ist das wahr?: Liebe finden, ohne danach zu suchen von Byron Katie, Michael Katz Bücher online zu lesen. Online Ich brauche deine Liebe - ist das wahr?: Liebe finden, ohne danach zu suchen von Byron Katie, Michael Katz ebook PDF herunterladen Ich brauche deine Liebe - ist das wahr?: Liebe finden, ohne danach zu suchen von Byron Katie, Michael Katz Doc Ich brauche deine Liebe - ist das wahr?: Liebe finden, ohne danach zu suchen von Byron Katie, Michael Katz Mobipocket Ich brauche deine Liebe - ist das wahr?: Liebe finden, ohne danach zu suchen von Byron Katie, Michael Katz EPub