

# DER WEG ZUM PERFEKTEN TRAUMPARTNER

*Eine sichere, liebevolle Beziehung mit einem Partner zu finden und zu erhalten ist eigentlich ganz einfach, wenn man das seit Jahrtausenden erprobte Wissen der alten Tibeter anwendet: Man „pflanzt“ ihn oder sie sich einfach, indem man einem anderen Menschen zuerst gibt, was man selbst möchte!*

Wir alle wissen: Eine erfolgreiche Beziehung zwischen Mann und Frau ist womöglich die beglückendste Erfahrung, die man im Leben machen kann. Aber wenn eine Beziehung schief läuft, dann kann sie auch die schmerzhafteste aller Erfahrungen sein.

Die größte potenzielle Schmerzquelle in einer Beziehung ist die Unsicherheit. Wir alle, die wir derzeit in einer Beziehung leben, sind uns sehr bewusst, dass jederzeit irgendetwas Unvorhersehbares zum Verlust unseres Partners führen könnte. Wenn wir nur diese Unsicherheit ausschalten könnten, dann würden wir viel mehr Mut und Vertrauen haben. Das gilt ganz besonders für Menschen, die schon einmal in einer Beziehung verletzt wurden und denen es nicht leicht fällt, mutig einen Neuanfang zu wagen.

Die alten Tibeter hatten ein tiefes Verständnis dafür, wie unsere Wirklichkeit funktioniert, und zu dieser Wirklichkeit gehören auch unsere Beziehungen. Ihrer Aussage nach wird jedes kleinste Detail unseres Lebens – und damit auch unseres Lebens mit einem anderen Menschen – von Karma bestimmt. Wenn wir also lernen können, wie Karma wirklich funktioniert, dann muss es möglich sein, Sicherheit und Mut in alle unsere Beziehungen zurückzubringen.

Um zu verstehen, wie wir Karma für eine erfolgreiche Beziehung nutzen können, müssen wir uns anschauen, wie Karma alle Dinge um uns herum erschafft – einschließlich unseres Partners bzw. unserer Partnerin. Die alten tibetischen Schriften empfehlen, mit einem sehr vertrauten Objekt im Leben anzufangen

und daran zu überprüfen, wie es durch Karma hervorgerufen wird. Wenn wir das einmal grundlegend verstanden haben, können wir einen Schritt weitergehen und das Gelernte anwenden für eine perfekte Partnerschaft und den Mut, sich darauf einzulassen. Fangen wir also mit einem ganz normalen Stift an und danach arbeiten wir uns vor zum perfekten Traummann, zur perfekten Traumfrau.

Ich zeige dir einen Stift und frage dich: „Was ist das?“ „Ein Stift“, wirst du antworten.

Ich deute auf die Tür. „Wenn jetzt ein Hund – sagen wir ein kleiner Welpe – durch diese Tür kommt und ich mich zu ihm herunterbeuge und ihm dieses Ding zeige, wird er es auch als Stift sehen?“

„Nein“, antwortest du. „Er würde es wahrscheinlich als etwas zum Draufherumkauen sehen, als Kauspielzeug.“

„Also sieht der Mensch dieses Ding als Stift und der Hund sieht es als Kauspielzeug. Wer von beiden hat Recht?“, frage ich.

Du überlegst einen kurzen Augenblick: „Ich denke, beide haben Recht. Für den Menschen ist dieses Ding ein Stift und gleichzeitig ist es für den Hund ein Kauspielzeug.“

Jetzt lege ich den Stift auf den Tisch und sage: „Wenn ich dieses Ding jetzt hier auf den Tisch lege und alle Hunde verlassen den Raum und alle Menschen verlassen den Raum, wenn also niemand mehr im Raum ist, was ist das Ding dann in diesem Moment? Ein Stift oder ein Kauspielzeug?“

„Nun, in dem Moment ist es gar nichts“, lautet deine Antwort.

„Und was passiert, wenn ein Mensch in den Raum zurückkommt?“

„Dann, denke ich, wird das Ding wieder ein Stift. Und wenn ein Hund hereinkommt, wird es wieder ein Kauspielzeug.“

Ich nicke. „Würdest du also sagen, die Bezeichnung Stift kommt vom Stift? Oder kommt der Stift nicht eher aus dem Geist des Menschen?“

„Ich denke, er muss aus dem Geist des Menschen kommen, denn wenn der Hund das Ding betrachtet, ist es kein Stift, sondern ein Kauspielzeug.“

Richtig. Die alles entscheidende Frage lautet jetzt: Warum macht der Geist des Menschen einen Stift daraus und warum macht der Geist des Hundes ein Kauspielzeug daraus?“

Die alten tibetischen Weisen sagen, im Geist des Menschen gibt es einen Samen. Einen Stift-Samen.

„Anhaften“ des Bildes in deinem Geist. Im Verlauf der nächsten paar Stunden entsteht aus diesem geistigen Eindruck, dieser „Prägung“, ein geistiger Same. Zwei Wochen später betrittst du einen Raum, siehst ein Objekt auf dem Tisch und der Same geht auf. Ihm entspringt das Bild eines Stifts. Und so siehst du einen Stift.

Und der Hund? Wie du dir sicher denken kannst, hat er niemals jemandem in einer Bank geholfen ...

Das ist es, worum es wirklich geht, wenn wir von „Karma“ sprechen: Karma ist der Same, den du in deinem eigenen Geist pflanzt, indem du einem anderen Menschen in der Bank hilfst. Das Spannende daran ist: Wenn ein Same mit voller Absicht gepflanzt wird – und in tiefer Liebe, in aufrichtigem Mitgefühl –

## „Karma ist der Same, den du in deinem eigenen Geist pflanzt, ...“

Wenn der Mensch in den Raum zurückkommt und den Stift als Stift sieht, geschieht dies, weil in ebendiesem Moment dieser Same sich in seinem Geist öffnet und das kleine Bild eines Stifts freigibt. Der Geist legt dieses Bild über das Objekt im Außen und deshalb sehen wir einen Stift. Einen realen, echten Stift.

Wie ist dieser Samen in den Geist des Menschen gekommen? Wenn wir das herausfinden können, dann können wir womöglich absichtlich Samen in unserem eigenen Geist pflanzen, zum Beispiel Samen für eine erfolgreiche Beziehung!

Und so pflanzen wir Samen in unserem Geist: Du stehst in der Schlange vor dem Bankschalter und vor dir möchte eine Frau ein Bankformular ausfüllen, aber ihr Stift funktioniert nicht. Du erkennst ihre Not, sprichst sie an und bietest ihr deinen eigenen Stift zum Ausfüllen an.

In diesem Augenblick halten deine Augen und dein Geist diesen Vorgang fest, besonders den Augenblick, in dem der Stift deine Hand verlässt und in die Hand der Frau übergeht. Das Maß an Mitgefühl oder Fürsorge, das du in diesem Moment empfindest, erzeugt ein

dann vervielfältigt er sich in deinem Geist, während er darauf wartet aufzugehen. Genau wie die Samen in der Natur kann aus einem winzigen Samen ein riesiger Baum entstehen.

Kommen wir also zurück zu unserem Thema: Du willst einen Partner finden. Jemanden, dem du vertrauen kannst, einen Partner, der bei dir bleibt. Jetzt kannst du dir natürlich die Unsicherheit von Online-Partnerschaftsbörsen oder ersten Dates in überfüllten Bars antun. Oder du entspannst dich und pflanzt deinen Partner einfach. Wenn du einen Partner pflanzt, wirst du immer einen bekommen. Und weil du jetzt verstehst, wie es wirklich funktioniert, kannst du mit Mut und Vertrauen in eine Partnerschaft gehen, selbst wenn du in der Vergangenheit schlechte Beziehungserfahrungen gemacht hast. Schließlich wusstest du damals nicht, wo Partner und Stifte wirklich herkommen.

Die alten Tibeter nennen vier Schritte, wie du einen Partner pflanzt, der bleibt und der lange und in Liebe mit dir verbunden ist:

## Karmischer Schritt Nummer 1

Entscheide, was du willst. In diesem Fall: „Ich will eine/n Partner/in, der/die mir in Liebe verbunden ist und bei mir bleibt.“

## Karmischer Schritt Nummer 2

Suche dir jemanden, der dasselbe will. Schau dich um in deinem Leben und finde jemanden, der von einer dauerhaften, von Liebe geprägten Beziehung träumt. Das könnte eine ältere einsame Dame ohne Familie oder Freunde in einem Altersheim in deiner Nähe sein.

## Karmischer Schritt Nummer 3

Verbringe einmal pro Woche eine Stunde mit diesem Menschen und verschenke deine Liebe an sie! Du könntest die alte Dame besuchen oder, noch besser, sie zu heißem Kaffee und warmherziger Freundschaft in ein Café in der Nähe einladen, einmal pro Woche.

## Karmischer Schritt Nummer 4

Diese ersten drei Schritte pflanzen den karmischen Samen in deinem Geist. Aber wir alle wissen, dass es viele Menschen gibt, die freundlich zu anderen sind und trotzdem keinen Partner finden. Der Grund dafür ist: Diese Menschen wissen nicht, wie man einen karmischen Samen „bewässert“, damit er schnell und kraftvoll aufgeht. Hierfür, so die alten Tibeter, musst du einfach nur eine spezielle Meditation im Geist machen. Jeden Abend, wenn du ins Bett gehst. Anstatt dir über deine Rechnungen Sorgen zu machen, denke daran, wie gut der alten Dame eure wöchentlichen Treffen tun. Diese Art aufrichtiger Freude darüber, anderen Gutes getan zu haben, ist das Wasser für deine Samen.

Und dann geht vielleicht das nächste Mal, wenn du allein in dieses Café kommst, um dir einen Kaffee zu holen, dieser Same plötzlich auf und ihm entspringt – nein, kein Stift – sondern ein liebevoller Partner und eine Beziehung, in der du dich sicher und geborgen fühlst, weil du weißt, woher sie kommt. Und weil du weißt, wie du sicherstellen kannst, dass sie auch bleibt.

Die Besuche bei der alten Dame sind das Geheimnis – setze sie fort, wenn du eine solche beständige, langfristige Partnerschaft haben möchtest. Viel Erfolg!



## Geshe Michael Roach

Der buddhistische Mönch und Manager Geshe Michael Roach (Jahrgang 1952) ist der erste Amerikaner, der nach über 20 Studienjahren den Titel des Geshe (Meister des Buddhismus) erlangte. 1981 ging er auf Wunsch seines Lehrers nach Manhattan, um den Beweis anzutreten, dass die Prinzipien aus dem Diamantschneider-Sutra dazu geeignet sind, in der modernen Welt erfolgreich zu sein. Mit zwei israelischen Geschäftsleuten baute Roach auf Basis eines 50.000.-US-Dollar-Kredits die Andin International Diamond Corporation auf. Als er die Firma 1999 als Vize-Präsident verließ, erzielte Andin einen Jahresumsatz von über 100 Millionen US-Dollar. In seinem internationalen Bestseller „Der Diamantschneider“ beschreibt Geshe Michael Roach, wie er die zeitlosen Weisheiten des tibetischen Buddhismus als praxis-nahen Ratgeber für unternehmerischen Erfolg nutzte. Er gründete das Diamond Cutter Institute mit dem Ziel, Menschen auf der ganzen Welt zu helfen, Erfolg in allen Lebensbereichen zu haben.



Sein aktuelles Buch „Das Karma der Liebe“ beschreibt, wie man die Diamantschneider-Prinzipien für die Erschaffung von liebevollen beständigen Beziehungen nutzen kann.

[www.geshemichaelroach.com](http://www.geshemichaelroach.com)  
[www.diamondcutterinstitute.co](http://www.diamondcutterinstitute.co)

Informationen zu Vorträgen und Seminaren von Geshe Michael Roach und zu Diamantschneider Study Groups in Deutschland, Österreich und der Schweiz unter

[www.diamondmanagement.eu](http://www.diamondmanagement.eu)