## Martin Ucik

# SEX BESTIMMUNG LIEBE

## Ein integraler Ratgeber

---

rb / 01.09.2019 Dieses Buch ist aussergewöhnlich. Es ist nicht irgendein weiteres Ratgeberbuch. Es ist das OPUS MAGNUM von Martin Ucik zu den Themen Liebe, Partnerschaft, Sexualität und deren tiefere Bedeutung. Es ist eine neue integrale Gesamtschau an der Speerspitze der menschlichen Bewusstseinsentwicklung und dem heutigen Maximum des menschlich Möglichen. Wahrscheinlich ist es das umfassendste und vollständigste Buch, das nicht nur die Themen Liebe, Beziehung und Partnerschaft auf der Höhe der Zeit beleuchtet, sondern auch noch eine der relevantesten Anwendungen der Integralen Metatheorie liefert. Der Autor betritt Neuland, indem er die Frage nach Bedeutung und tieferem Sinn nicht nur in Bezug auf die individuelle Paarthematik stellt, sondern diese in Beziehung setzt zu den globalen gesellschaftlichen, politischen, sozialen und ökologischen Herausforderungen der Gegenwart. Dieses Buch ist wohl weder einfach zu lesen, noch gehört es zur Sorte der Wohlfühlbücher. Wer es lieber sehr praxisbezogen mag, dem sei der Longseller «Zeit für Liebe» von Diana Richardson empfohlen. So oder so gilt meine Fünfsterne-Empfehlung dem ganzen Themenbereich. Beziehungsarbeit ist immer auch Arbeit an der eigenen Persönlichkeitsentwicklung. Und ich wüsste keinen anderen Lebensbereich, wo innere Arbeit den besseren Lohn bereithält, wo uns «Erfolgserlebnisse» in so schöner Form entgegentreten.

**Ein paar interessante, relevante und inspirierende Textstellen:**

Etliche wissenschaftliche Studien und spirituelle Lehren legen nahe, dass das Leben in einer langlebigen, guten Liebesbeziehung zu verbringen, aufgeweckte Kinder aufzuziehen und seiner Bestimmung zu folgen, wesentlich für unser eigenes dauerhaftes Wohlbefinden sind, wie auch für das von kommenden Generationen – so dass wir in allen Belangen aufblühen können: materiell, physisch, sexuell, mental, psychologisch und spirituell.

In den heutigen modernen und postmodernen Gesellschaften lebt ein zunehmender Anteil der Menschen nicht in solchen Beziehungen und hat keine Kinder, sondern folgt einer individualistischen hedonistischen Lebensweise. Traurigerweise steuert dieser Individualismus einen Anteil zu den anhaltenden sozioökonomischen Konflikten und Umweltproblemen bei, die die Menschheit erschafft, anstatt einen Beitrag zur Lösung derselbigen zu leisten. (S.5)

Mein Antrieb ist, Singles und Paare zu inspirieren, ihre Potenziale zu Heilung und Wachstum zu erkennen, mit denen sie kokreativ Liebesbeziehungen aufbauen können, die nicht nur «selbst-befriedigend» sind, sondern auch die Liebe in konzentrischen Kreisen nach aussen tragen können und die ganze Menschheit erfassen. (S.6)

Ich bin dir zutiefst dankbar für dein Interesse, kokreativ eine gesunde, nachhaltige integrale Liebesbeziehung mit einer gemeinsamen Bestimmung aufzubauen, die es dir und deinem Partner erlaubt, wahrhaft menschlich zu sein, indem ihr euch auf allen Ebenen eurer Wesen aufeinander einlasst. Eure kokreativ geschaffene Liebe wird dazu beitragen, eine Welt zu schaffen, in der all unsere Ur-ur-Enkel gedeihen können. (S.7)

Mit meinen Eltern und meinen Grosseltern aufzuwachsen verlieh mir ein tiefsitzendes Gespür für ein wohlbefindliches Familienleben und funktionierender, florierender Gemeinschaft. (S.9)

Die Absicht hinter diesem Buch ist einfach und offensichtlich: Euch dazu zu inspirieren kokreativ und – wenn möglich – fortpflanzend in gesunden dauerhaften integralen Liebesbeziehungen mit geteilter *transzendentaler Bestimmung*, die das höchste Gut für die grösste Anzahl der Menschen bietet und eine bessere Welt zu erschaffen. (S.23)

Unternimm eine ganztägige, abgeschiedene Zeremonie in der Natur, bei der du fastest und für eine Vision deiner Bestimmung betest. Verlass die Gemütlichkeit und die Sicherheit deines Heims um in der wilden Natur deine Seelenbestimmung zu finden – das haben die Menschen so schon immer gemacht: Buddha hatte seine Erkenntnis unter einem Baum; Jesus zog in die Wüste; Mohammed fastete und betete in einer Höhle, als der Koran zu ihm gelangte; und Moses zog auf einen Berg um eine Vision für sein Volk zu finden. Nutze diese antike, naturverbundene Zeremonie, die in den verschiedensten Zeiten angewandt wurde, und erlaube der wilden Natur dir deine wilde Seele zu spiegeln. Du wirst dabei, durch Eintauchen in die Natur, Verzicht auf Nahrung und Gesellschaft und transformative Praktiken, ungeahnte Schichten in der Tiefe deines Wesens finden. Werde dabei zu einem offenen Füllkrug, der befüllt werden kann mit der gesegneten Berufung deiner Seele. (S.251)

Während die Moderne viele Probleme löste, mit denen die Menschheit zuvor konfrontiert war, und uns zu den glücklichsten Menschen machte, die je gelebt haben, verursachte sie auch die meisten Probleme, die wir auf Seite 381 unter Globale Herausforderung aufgeführt haben, einschliesslich Überbevölkerung, Umweltzerstörung, soziale Isolation, Verlust der Privatsphäre und Wohlstandskrankheiten wie Typ-2-Diabetes, Asthma, koronare Herzkrankheit, Übergewicht, Bluthochdruck, Krebs, Alkoholismus, Drogenmissbrauch, Depression und Demenz. Die Spätmoderne beendete auch die Art und Weise, wie Paare in der gesamten Menschheitsgeschichte für ihr Überleben und Wohlergehen in ihren Kernfamilien aufeinander angewiesen waren. Die vielen zerbrochenen Familien und die zunehmende Zahl von Singles schufen eine ungewisse Zukunft für unsere Spezies. (S. 403)

*«Meine Vision für die Zukunft dreht sich immer um unsere Kinder – sie dreht sich immer um unsere Kinder. Wenn mich also jemand fragt, was die drei wichtigsten Themen im Kongress sind, sage ich immer dasselbe: «Unsere Kinder, unsere Kinder, unsere Kinder.»* *Nancy Pelosi* (S.427)

Um die Probleme, die auf jeder Ebene menschlicher Evolution entstehen, effektiv anzugehen und sie auf der gleichen oder der nächsthöheren Ebene zu lösen (besonders die, die durch die Moderne geschaffen werden), müssen wir uns davon entfernen, einzelnen Individuen und ihren informellen Gruppen die grösste Tiefe oder den grössten Wert zuzuweisen, und sie in jeder Phase der Bewusstseinsentwicklung Paaren zuzuweisen, die ihre *transzendentale Bestimmung* teilen und sich in integralen Liebesbeziehungen fortpflanzen.

Diese Verschiebung weg von der Zuweisung des höchsten Wertes für den Einzelnen und hin zu kokreativen Paaren, ergibt sich aus der Erkenntnis, dass die individuelle menschliche und kulturelle Evolution nicht «automatisch» in höhere und immer höhere Stufen des Bewusstseins vordringt und…… (S.430)

Das integrale Beziehungsmodell behauptet daher aus zwei Gründen, dass die grösste Tiefe nicht auf der Ebene des einzelnen Menschen liegt, sondern im kokreativen Raum zwischen Paaren in gesunden, lebenslangen Beziehungen. Erstens: nur Paare können die menschliche Rasse erhalten, und zweitens: nur in gesunden Liebebeziehungen können wir vollständig menschlich werden, weil sie uns zwingen, Übereinstimmung zwischen unseren inneren Werten und dem äusseren Verhalten auf der Ebene aller sieben Chakren zu haben. (S.431)

Viele Menschen wollen die Welt als Einzelperson, Gruppen oder Organisationen besser machen. Leider wissen sie nicht, dass die Kokreativität und die Fortpflanzung von Paaren in gesunden, nachhaltigen, integralen Liebesbeziehungen mit einer gemeinsamen Bestimmung von grundlegender Bedeutung sind, um eine dauerhafte Veränderung zum Besseren und eine Welt zu schaffen, in der jeder gedeihen kann. Die Gründe, warum Paare Vorrang vor Individuen haben, habe ich in Teil 4 dargelegt. Ich verstehe einfach nicht, wie Menschen Frieden, Liebe und Nachhaltigkeit usw. schaffen wollen, wenn sie nicht einmal mit einer anderen Person in einer lebenslangen,

exklusiven und liebevollen Beziehung zurechtkommen, sie lieben und mit ihr zusammen arbeiten können (oder wollen). (S.445)

Das Wachstum in Richtung einer integralen Liebesbeziehung ist nicht nur eine Reise der reifenden Intimität mit einem geliebten Anderen, sondern auch ein Reise in und durch Zonen von uns selbst, die sehr schwer zu navigieren sind, geschweige denn mit dem Rest unseres Seins intim zu werden und sich mit ihm zu integrieren. Aber so sehr dieses Wachstum uns auch fordert, es gibt uns noch mehr zurück und verwandelt uns, bis wir in der unerschütterlichen Liebe, der tiefen Leidenschaft und der radikal intimen Gegenseitigkeit, die integrale Liebesbeziehung verkörpern, etabliert sind. Und selbst wenn wir nicht in einer solchen Beziehung enden, wird unser Weg dorthin uns und anderen in allem, was wir tun, unermesslich zugutekommen. (S.448)