

# Trennung in Liebe – Partnerschaft in Liebe

von Mathias Voelchert



## Die Ausgangssituation

Während fünfzig bis sechzig Jahren unseres Lebens können wir in Partnerschaften leben. Tendenz steigend. Ist es denn überhaupt möglich einem Menschen zu versprechen nur mit ihm/ihr diese 50-60 Jahre zu teilen. Wer kann solch ein Versprechen geben und halten? Sollten wir vielleicht, um diesem Ideal näher zu kommen, mehr nachdenken über unser Bedürfnis nach Nähe und Distanz, nach Würde in der Beziehung, nach dem was mir wichtig ist. Nach einem lebendigen Leben? Ist es möglich ohne das absolute Treueversprechen zusammen zu kommen? Hilft es uns wenn wir am Beginn der Beziehung die Endgültigkeit dieser einen Beziehung nicht so dramatisieren und tun wir uns dann bei einer möglichen Veränderung der Beziehung, in Richtung Trennung, leichter?

## Oft sind Trennungen unausweichlich

Oft sind Trennungen unausweichlich – auf das Wie kommt es an. Trennungen gibt es - und wir können damit umgehen. Eine Trennung in Liebe, ist möglich. Trennung im Streit ist leicht, das kann jeder. Trennung in Liebe ist mit Arbeit an mir verbunden. Wenn ich bei mir bleibe ist Schluss mit Schuldzuweisungen an andere. Mit Ihrem Rechtsanwalt können Sie den Scheidungskrieg gewinnen, aber nicht den Frieden den Sie nachher brauchen um bei der Erziehung Ihrer Kinder gute, gemeinsame Lösungen zu finden.

## Trennungsgründe gibt es viele

Gründe für eine Trennung gibt es viele. Zu viele Gründe um danach zu suchen. Der wahre Grund für eine Trennung ist wie ein Geheimnis. Es macht Sinn dieses Geheimnis zu wahren, denn was bleibt mir, wenn ich den Grund für meine Trennung zu kennen glaube? Ist dieser Grund denn wirklich der Grund, oder nur meine Begründung? Gewöhnlich bleiben nur Schuldige übrig, bei der Suche nach Schuldigen. Bei der Suche nach Schuldzuweisungen geht es nur bergab. Wir haben alle gemeinsam diese Situation geschaffen und nicht ein Einzelner ist daran schuld. Das heißt auch wir können die Situation verändern.

## Ich schaue auf das was möglich war

Manche Menschen leben mit einem Partner bis an ihr Lebensende – manche nicht. Ist es wahr, dass die einzige Beziehung - die einzig Richtige ist? Oder ist es ein Wunschdenken? Oft steckt es tief in uns und verursacht ein schlechtes Gewissen, wenn wir dem nicht gerecht

werden können. Das Gewissen besteht unter anderem aus Moral, aus ‚so macht man das bei uns‘. Dieses Gewissen steuert uns nach dem was ‚bei uns‘ als ‚richtig‘ gilt und uns einfach vorgelebt wurde. Dieses Gewissen ist mit Vorsicht zu genießen, weil es als oberste Instanz daher kommt. Als ‚das Richtige‘! Es ist deshalb mit Vorsicht zu genießen weil dieses ‚Richtige‘ nicht bei allen gleich ist! In jeder Familie/Gesellschaft gelten ähnliche und auch konträre Gewissensgesetze.

Das Gewissen gaukelt uns Allgemeingültigkeit vor. Spätestens beim Zusammentreffen von Schwiegersohn -tochter bzw. Schwiegermutter -vater und dem Ablehnen der ‚anderen Sitten‘ wird die Macht des Gewissens deutlich. Ich kann mir meine Gewissensstrukturen ansehen und mir klar werden ob ich ihnen weiterhin Macht über mich geben möchte, oder nicht.

Wir fühlen uns im Recht, wenn wir mit den Gesetzen der Familie, aus der wir kommen, übereinstimmen. Dann gehören wir dazu. Schlecht fühlen wir uns, wenn wir gegen die Gewissensgesetze unserer Familie handeln. Im Verlauf der Partnerschaft wäre es eine lohnende Aufgabe die Familiengebräuche der jeweiligen ‚Schwieger‘- Familie sich deutlich zu machen und die Vor- und Nachteile abzuwägen.



## Am Anfang war die Liebe da

Am Anfang unserer gemeinsamen Liebe hatten wir viele Hoffnungen. Chancen haben sich verliebt. Große Gefühle. In Dir habe ich das gesucht, was mir fehlt, oft habe ich es gefunden, oft auch nicht. Wir hatten viele gemeinsame Interessen. Konnten wir unseren sich verändernden Wünschen, gerecht werden? Oder sind wir nur noch zusammen geblieben, eigentlich viel zu lang, aus Angst vor der Einsamkeit?

Heute, nachdem wir gemerkt haben, dass es gemeinsam nicht mehr geht, gibt es immer noch Gemeinsames: Kinder, Vermögen, Schulden. Damit gut umzugehen ist unsere Aufgabe. Ihre ‚Trennung in Liebe‘ kann Ihnen helfen auf Wichtiges zu achten, auf sich und den Partner. Sie können Ihre gemeinsame Zeit gut beenden. Was Sie davon haben, wenn Sie sich in Frieden trennen ist: Sie werden frei für eine neue Beziehung.

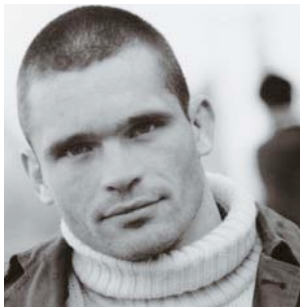
## Wenn die Liebe geht, was kommt dann?

Die Liebe hat uns zusammen gebracht. Jetzt scheint die Liebe schon lange gegangen zu sein. Geht die Liebe wirklich? Vielleicht ist sie dem Hass gewichen. Sicher ist sie keine verliebte Liebe mehr. Die Liebe die uns einst zusammen brachte, hat sich auf mannigfaltige Weise verändert. Vom Brauchen zum Gebrauchtwerden, vom Geben zum Nehmen, vom Getragensein durch den anderen, zum Tragen von sich selbst. Liebe ist unerschöpflich weit und tief. Liebe ist immer da. Wir können Liebe nicht machen. Aus Liebesbindung, kann partnerschaftliche Liebe werden. Partnerschaftliche Liebe gibt, lässt, trägt, nimmt. Sie ist eine Form der Anteilnahme am anderen, wie beste Freunde miteinander sind. Die offene

Aussprache ohne Schuldzuweisung, um des gemeinsamen Zieles willen, gibt beiden die Chance weiterzukommen.

Lassen Sie sich nicht von ‚wohl meinenden Freunden‘ einreden. ‚Den würde ich vor die Tür setzen‘. ‚Die würde ich sofort rausschmeißen‘. Diese Freunde kennen nur diesen Weg. Es gibt noch wenig positive Streitkultur. Jeder versucht die Freunde auf seine Seite zu ziehen, jeder mit seiner Sicht der Dinge.

Vielleicht haben Sie schon viele Gesprächsversuche gemacht und es hat bisher nicht geklappt. Vielleicht könnten Sie sich Unterstützung von außen holen in Form von Büchern oder Beratern. Eine Veränderung finden Sie nur von innen heraus. Wenn Sie selbst nach dieser Änderung suchen. Dazu braucht es einen Antrieb z.B. ‚So kann es nicht mehr weitergehen‘.



## Im Anschluss sein mit mir

Anschluss finden an sich, in Kontakt sein mit sich, spüren was gut tut, was mir und den anderen gut tut. In Kontakt sein mit der Sprache meines Herzens. Bei ‚Trennung in Liebe‘ ist die Richtung klar. Dort, wo für alle Unterstützung, Hilfreiches, Nützliches zu erwarten ist geht es hin. Ich achte den Partner und erwarte, dass er mich achtet. Sollte das nicht so sein beende ich das Gespräch, ohne Vorwurf, aber klar in der Aussage, ‚so nicht‘.

Beide Partner können verstehen und spüren, dass sie im Guten mehr gewinnen als im Streit, dass das Anschauen einer Krise mehr bringt als deren Verleugnen.

Vielleicht war es nur Sinn und Zweck unserer Beziehung unsere gemeinsamen Kinder zu bekommen. Oder diese Zeit zusammen zu erleben. Oder diese Arbeit gemeinsam zu beginnen, diese Idee in die Welt zu bringen... Die meisten Menschen waren zu irgendeiner Zeit ihres Lebens für irgendeinen Menschen ein ganz wichtiger Partner.

## Trennung ist kein Allheilmittel für schlechte Beziehungen

Die Trennung, die Scheidung, ist nicht das Allheilmittel für schlechte Beziehungen. Sie ist überhaupt kein Heilmittel. Trennung ist ein traumatisches Ereignis, ein Aufschrei der Seele: „So kann ich nicht mehr weitermachen!“ Trennung ist eigentlich für alle Beteiligten das, was es immer zu vermeiden gilt, koste es, was es wolle. Dann bleiben wir im Gefängnis der Beziehung, auch weil es sich so sehr nach Heimat anfühlt. Nach dem anfühlt, was wir vorgelebt bekamen, und sei es noch so schlimm. Trennung kann der Tod des Sinnlos gewordenen sein, dann ist es keine leichtfertige Trennung.

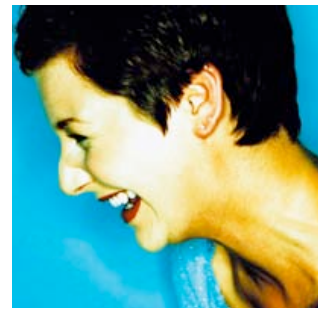
Trennung ist wie ein kleiner Tod. Wenn ich mich wirklich trenne, stirbt etwas in mir. Es stirbt das Idealbild von Dir und von mir. Danach brauchst Du nicht mehr das zu sein was ich mir

erträume, sondern mir genügt was Du bist. Manchmal geht das nur mit einem anderen Menschen weiter. Wenn das Idealbild stirbt, in das ich mich verliebt habe, genügt ein ganz normaler Mensch als Partner.

## Paare entwickeln sich

Meine Beziehung entwickelt sich indem ich die Träume, die ich vom anderen hatte, loslasse und auf das schaue was in unserer Beziehung möglich ist. Die Träume die ich vom anderen hatte sind schlicht und einfach Träume. Ich habe Dich mit einem Traumbild verwechselt. Das bist Du nicht, und ich muss dieses Ideal auch nicht für Dich sein. Gott sei Dank!

Damit es mit uns, oder vielleicht allein, oder mit einem Partner gut weitergeht braucht es meine lebendige Phantasie. Meine Vision, meinen Willen und meine Kraft diese zu leben. Und es braucht die Sicherheit, dass es genügt wenn ich selbst mir wichtig bin.



## Was ich tun kann!

Ich kann es und ich tue es!

Es ist möglich eine gute Lösung und Trennung in Liebe zu schaffen. Ich kann mir Unterstützung holen. Es gibt viele Menschen die ähnliche Situationen gut erlebt haben. Auch ich schaffe das.

Ich schaue auf das was ist.

Ich stimme dem zu was in unserer Partnerschaft möglich war und was nicht.

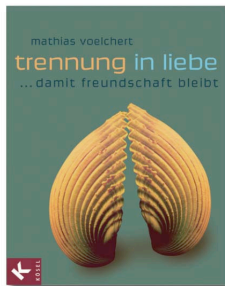


## Anmerkungen

Weitergehende Informationen finden Sie in meinem Buch ‚Trennung in Liebe‘ und auf der Seite: <http://www.trennung-in-liebe.de>. Hier finden Sie ein Angebot zum Gespräch und wenn Sie gerne tiefer einsteigen möchten, das Seminarangebot ‚Trennung in Liebe‘.



»Trennung in Liebe - Partnerschaft in Liebe« 2003, erschienen.



Neuerscheinung im Koesel-Verlag, 2006, »Trennung in Liebe...damit Freundschaft bleibt«

## Autor

Mathias Voelchert ist Organisationsberater und Coach. Er berät Familien und Unternehmen, Schwerpunkt Veränderung.

## Adresse

Mathias Voelchert GmbH  
Organisationsberatung Coaching  
Amalienstr. 71  
80799 München  
Tel. 089 - 219 499 71  
Fax 089 - 22 807 200

E-Mail: [mvg@mathias-voelchert.de](mailto:mvg@mathias-voelchert.de)  
Websites: <http://www.mathias-voelchert.de>  
<http://www.paareimwandel.de>  
<http://www.trennung-in-liebe.de>

