

Auszug aus dem Buch »**Trennung in Liebe**« von Mathias Voelchert

Trennungen sind oft unvermeidlich auf das »Wie« kommt es an

Ich habe das Buch *Trennung in Liebe* geschrieben, um aufzuzeigen, dass es eine Alternative gibt zur "Katastrophe Trennung" und dass wir etwas dazu tun können, um Trennung in Liebe zu leben. Es gibt Möglichkeiten der Lösung voneinander und miteinander. Zum Wohl der beteiligten Partner und der Kinder.

Das Buch ist in seiner ersten Fassung parallel zu meiner eigenen Trennung entstanden. Es spiegelt wider, welche Themen mir auf diesem Weg begegnet sind. Dies ist die zweite, überarbeitete Ausgabe. Am Anfang stand bei uns der Wunsch nach einer guten Trennung. Der Wunsch, eine Trennung in Liebe überhaupt für möglich zu halten sowie die Bereitschaft, das anzuschauen, was in unserer Partnerschaft noch möglich ist und was nicht mehr. Ich habe den Wunsch, mit diesem



Buch die "Selbstheilungskräfte" bei interessierten Paaren zu fördern.

Nun sind es bald zehn Jahre, dass meine erste Frau und ich uns getrennt haben. Ich schreibe dieses Vorwort sozusagen im Rückblick auf eine ereignisreiche Zeit. Wir haben uns alle (unsere Kinder, meine zweite Partnerin, meine erste Frau und ich) auf diese Entwicklung eingelassen. Wir haben offen über unsere Gefühle gesprochen. Die zerbrechenden Illusionen beweint. Uns ist klar geworden, dass wir unsere Beziehung nicht im Griff haben.

Unsere Kinder haben erlebt, dass wir grundsätzlich zusammenhalten und dass dieses Wohlwollen auch eine Scheidung übersteht. Diese Sicherheit hat ihnen, und uns, gut getan. Wir haben erlebt und verstanden, dass wir den Partner nicht besitzen können und alle Garantiversuche dazu nur oberflächlich bleiben.

Wir haben auch erlebt, dass manches nicht mehr möglich ist. Dass das Zusammenhalten seine Grenzen hat. Dass eine Trennung geschehen ist. Das soll nicht verniedlicht werden, wir können nicht einfach so weitermachen, als ob nichts passiert wäre! Dieser Verzicht auf eine heil geglaubte und heil phantasierte Welt ist mir genauso wichtig wie der Hinweis, dass es bei Trennungen keine Katastrophe zu geben braucht, solange keiner das will.



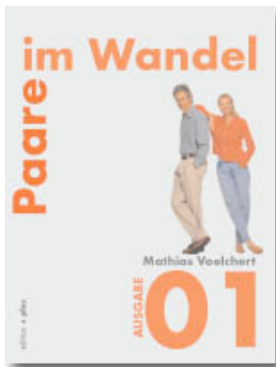
Was bedeutet eine Trennung in Liebe? Vielleicht wird es deutlicher, wenn ich zuerst beschreibe, was sie nicht ist: Trennung in Liebe geht nicht auf Kosten eines Beteiligten. Ist keine Rache. Die Menschen sind wichtiger als die Form.

Bei Trennung in Liebe schauen wir auf das Gemeinsame, das wir hatten, nicht auf das Trennende. Trennung in Liebe berücksichtigt die Tatsache, dass es so kam, wie es kam. Ob wir eine Wahl gehabt hätten ist unwichtig, denn es geschah, was geschehen ist. Jedes Reklamieren, jedes "Ach, hätte ich doch" oder "Ach, hättest du doch" ist ein Festhalten an inneren Bildern, Illusionen, Phantasien, Märchen. Diese Ideale lassen unser tatsächlich gelebtes Leben immer als fehlerhaft erscheinen.

Das ist einfach, denn diese Märchenbilder mussten sich nie in der rauen Wirklichkeit des Alltags bewähren. Sie konnten immer unbefleckt bleiben. Immer als Maßstab, "So hätte es eigentlich sein müssen", in uns wildern. Sie sind die Grundlage unseres schlechten Gewissens und Ursache mancher Versagensängste.

Trennung in Liebe ist Verzicht für alle. Verzicht auf die Illusion der heilen Welt. Die gab es immer nur in der Phantasie, nie im richtigen Leben. Dieser Verzicht kann sogar mit dem bisherigen Partner zu einem Neubeginn der Beziehung führen.

Wir verzichten auf billige Schuldzuweisungen und Vorwürfe, nicht weil sie ohne Grund wären, sondern weil sie nichts bringen. Gründe für oder gegen eine Trennung gibt es tausende. Welche wir anführen, ist beliebig. Entscheidend ist, welche Wirkung unsere Taten haben. Stärken die Taten die Liebe oder schwächen sie die Liebe?



Ich habe erlebt, dass die mitmenschliche Liebe, trotz einer Trennung, bleiben kann, wenn beide dazu bereit sind. Und beide bereit sind, ihren Preis dafür zu bezahlen. Dieser Preis heißt: Ich schaue mich an und beobachte, wie ich reagiere und wie sich meine Reaktionen, Handlungen auf das Ergebnis auswirken. Ob es schadet oder nützt. Ich bin bereit mich zu verändern! Ich kann es und ich tue es!

Wir haben ein Interesse daran, dass es für die gemeinsamen Kinder, dich und mich und unsere neuen Partner gut weitergeht. Trennung in Liebe gibt es nicht umsonst. Es ist viel Arbeit an mir. Nur ich kann meine Welt verändern. Wer dazu bereit ist, wird eine reiche Ernte einfahren. Trennung in Liebe gelingt, wenn wir lernen, Trennung nicht als Scheitern, sondern als Veränderung zu begreifen!

Es gibt keine Rezepte, wie eine Trennung gelingt. Ich habe erlebt, dass allein das Für-möglich-Halten und Nichtaufgeben bei uns viel bewirkt hat. Jede Familie, jedes Paar muss selbst für sich aushandeln, welche Regeln als gültig erachtet werden.

Ich möchte Sie dazu ermutigen, Ihre Selbstheilungskräfte zu aktivieren, was Ihre Partnerschaften betrifft. Berater, Therapeuten, Anwälte, Richter, Pfarrer können für kurze Zeit Ratschläge geben. Letztlich bleiben Sie und Ihr Partner bzw. Expartner mit dem, was in Ihrer Partnerschaft möglich war, allein. Sie tragen die Folgen. Deshalb gehen Sie gut mit sich um! Das, was bleibt, war aus Liebe. Ich wünsche Ihnen Kraft und ein gutes Gelingen!

Ihr

Mathias Voelchert

