

Pierre Franckh

Glücksregeln für die Liebe

## Über den Autor

Pierre Franckh stand bereits als Kind auf der Bühne, und gab sein Filmdebüt in Helmut Käutners »Lausbubengeschichten«. Seit 1958 spielte er in vielen Kinofilmen und über 200 Fernsehproduktionen mit. Seit 1996 widmet er sich jedoch verstärkt seiner Autorentätigkeit und hat im Jahre 2000 mit dem Kinofilm »Und das ist erst der Anfang« (Senator Film) als Autor und Regisseur sein erfolgreiches Debüt gegeben. Die Themen Psychologie und Beziehungsarbeit beschäftigen ihn schon seit vielen Jahren und daraus ist »Glücksregeln für die Liebe« entstanden.

© KOHA-Verlag GmbH Burgrain

Alle Rechte vorbehalten – 6. Auflage 2009

Lektorat: Delia Rösel

Umschlagfoto: © Jerome Ferraro / Getty Images

Gesamtherstellung: Karin Schnellbach

Druck: Bercker, Kevelaer

ISBN 978-3-936862-50-8

*Eine Beziehung wird immer wieder neu erschaffen.*

*Tag für Tag, Woche für Woche.*

*Wenn du willst, ein Leben lang.*

*Heute wäre ein guter Tag.*



# Inhalt

Meine Geschichte	11
Die große Sehnsucht, den richtigen Partner zu finden	21
Glücksregeln für die Liebe	24
<i>Glücksregel 1: Sex hilft nicht bei der Partnersuche</i>	25
Für jetzt oder für immer?	25
Sex schafft Bindungen	28
Wer ist der (die) Richtige?	31
<i>Glücksregel 2: Sei ehrlich zu dir selbst</i>	34
Die Liste – Bestandsaufnahme	34
Was ich mir in meiner Beziehung wünsche	35
Was ich bereit bin, selbst einzubringen	37
Was ich in meiner Beziehung habe	41
Gibt es Situationen in deinem Leben, die sich immer und immer wieder wiederholen?	47
<i>Glücksregel 3: Du bekommst immer nur, was du gibst</i>	58
Die Partnerwahl	59
Die Themen der Beziehung	61
<i>Glücksregel 4: Betrachte deinen Partner niemals als dein Eigentum</i>	66
<i>Glücksregel 5: Lebe in der Beziehung, die du tatsächlich hast</i>	71
<i>Glücksregel 6: Löse dich von Vergangenen</i>	76
Loslassen bedeutet vollständig loszulassen	80
<i>Glücksregel 7: Rede mit deinem Partner</i>	85
Reden bringt Leichtigkeit	85
Reden bringt Tiefe	89

Streit kann auch eine Form von Kommunikation sein	91
Reden ohne Worte	93
<i>Glücksregel 8: Sprecht über das, worüber man nicht spricht – Sex</i>	96
Vorlieben werden sich wandeln	98
<i>Glücksregel 9: Unterwirf dich keiner Norm – erst recht nicht beim Sex</i>	102
Sex ist so flüchtig wie die Zeit	105
Nirgends wird so viel gelogen	108
Sex findet viel seltener statt, als man uns glauben machen will	111
Es gibt keine Norm	112
<i>Glücksregel 10: Verwechsle Sex nicht mit Liebe</i>	115
Sie schliefen miteinander und blieben sich doch fremd	115
Wie komme ich zum guten Sex?	116
Der »gute« Sex	118
<i>Glücksregel 11: Du wirst geliebt, so wie du bist</i>	122
<i>Glücksregel 12: Wahre Nähe entsteht durch Hingabe</i>	128
Warum ist Hingabe so schwer?	128
Ohne Liebe gibt es keinen Grund zusammenzubleiben	131
<i>Glücksregel 13: Lerne zu nehmen</i>	133
<i>Glücksregel 14: Achte deine Beziehung</i>	136
Die Abwärtsschraube	136
Hol dir wieder das zurück, was euch beide ausmacht	139
<i>Glücksregel 15: Räume deinem Partner einen Platz in deinem Leben ein</i>	142
<i>Glücksregel 16: Unterstütze deinen Partner</i>	145

<i>Glücksregel 17: Rede nicht schlecht über deinen Partner</i>	147
<i>Glücksregel 18: Spiel nicht mit dem Feuer</i>	153
Flirt, die Einstiegsdroge zum Seitensprung	153
<i>Glücksregel 19: Treue ist dein wichtigstes Kapital</i>	159
Der ganz normale Seitensprung	159
Scheinbare Vorteile und die tatsächlichen Konsequenzen	159
Wieso kommt unsere Beziehung überhaupt an diesen Punkt?	163
Varianten ins Chaos:	
Weitere Konsequenzen	166
Wenn der Seitensprung Folgen hat	168
Ein Dreiecksverhältnis betrifft selten nur drei	168
Wenn Trennung unvermeidlich ist	169
<i>Glücksregel 20: Mit dem Ende einer Affäre beginnt die Beziehungsarbeit</i>	172
Phönix aus der Asche	174
<i>Glücksregel 21: Gib deiner Partnerschaft einen tieferen Sinn</i>	177
Größere Ziele	182
Danksagung	185
Anmerkungen	186
Beziehungs-Seminare	187





## Meine Geschichte

Als ich elf Jahre alt war, geschah das Unfassbare. Meine Eltern trennten sich und ließen sich scheiden. Die Familie zerbrach und wir zogen mit der Mutter erstmal nach Essen zu einer Großtante. Meinen Vater habe ich von da an nur noch sporadisch gesehen und ich wuchs gerade in der wichtigen Zeit der Pubertät ohne männliches Vorbild auf.

Was ich nicht verstehen konnte und wollte, war, wieso zwei Menschen, die sich einmal geliebt hatten, die sich ewige Zuneigung und Treue geschworen und lange Zeit an einer gemeinsamen Zukunft gebaut hatten, plötzlich alle Hoffnung aufgaben und nicht mehr zusammenleben wollten. Obwohl sie zwei Kinder hatten, die sich nichts sehnlicher wünschten, als dass sie zusammenblieben.

In meinen Augen gehörten sie jedenfalls zusammen. Aber nicht in ihren. Was war geschehen, dass die Liebe von einst sich so gewandelt hatte und es ihnen unmöglich erschien, auch nur noch einen Tag länger gemeinsam zu verbringen.

Diese Frage hat mich nicht mehr losgelassen. Bis heute nicht. Warum fällt es den Menschen so schwer ihre Liebe zu bewahren?

Da sich bei mir kein wirkliches Familiengefühl entwickelt hatte, bin ich sehr früh von Zuhause ausgezogen und habe bereits vor meinem Abitur geheiratet. Ich wollte einfach endlich eine Familie haben. Ich wollte den Traum von Familie leben. Aber ohne wirkliches Vorbild, nicht aufgewachsen in einem harmonischen Familienverband und ohne dass mir etwas Brauchbares vorgelebt worden wäre, war ich überhaupt nicht fähig zu einer wahren, tiefen Liebesbeziehung. Meine eigene Scheidung war nur noch eine traurige Bestätigung dieser

Tatsache. Ständig getrieben von der Sehnsucht nach Geborgenheit und Nähe suchte ich dieses Zuhause schließlich in fremden Armen. Im Sex fand ich zwar Bestätigung, aber jedes Mal war ich danach einsamer und fühlte mich wesentlich verlorener als zuvor. Weil ich die Einsamkeit nicht wahrhaben wollte, suchte ich umso häufiger und wilder nach dieser Tiefe, verlangte Hingabe ohne selbst Hingabe geben zu können – zumindest nicht dauerhaft, sondern nur für den kurzen Moment der selbstgegläubten Liebesschwüre.

Ich hasste den Morgen, den Zug, das Flugzeug, das mich wieder wegführte, und gleichzeitig gefiel ich mir in der Rolle des einsamen, melancholischen Helden.

Als Liebhaber ein Genuss, als Partner ein Bankrotteur.

Denn all die Fähigkeiten, die ich von Frauen gelernt hatte, befähigten mich nicht, eine echte Liebesbeziehung einzugehen.

Sex, also die körperliche Vereinigung, führte mich seltsamerweise immer weiter weg von dem Ziel glücklich zu sein. Eine wirklich wahrhaftige Beziehung war in weite Ferne gerückt.

Beziehungen gab es also viele und gerade weil es so viele gab, waren sie meistens kurz und heftig und endeten stets im Chaos.

Das Einzige, was jedoch blieb, und zwar dauerhaft, war die Sehnsucht nach einer tiefen Liebesbeziehung.

Schon als Jugendlicher brachte mich diese Sehnsucht dazu, alles, was sich auch nur annähernd mit Beziehung beschäftigte, zu lesen. Freud, C. G. Jung, Psychologen, Therapeuten, Ratgeber, Verhaltensforscher. Nur damit ich bei interessanten Kongressen die Vorträge hören konnte, jobbte ich manchmal als Aushilfe bei Veranstaltungen im Deutschen Museum, denn Geld hatte ich damals kaum.

Das Studium der Psychologie und Medizin schien mir klar vorgezeichnet. Trotz aller frühen Erfolge als Schauspieler habe ich immer nur dieses Ziel anvisiert.

Aber das Schicksal hatte einen anderen Weg bestimmt. Nach dem Abitur wurde ich von dem Erfolg als Schauspieler so gestreichelt,

dass es sich zunächst nicht anbot, dieses Talent brachliegen zu lassen und die Bühne mit einem Platz an der Uni zu tauschen.

Aber dem Ruf des Herzens zu folgen war stets ein tiefer Wunsch, der nie vernachlässigt wurde. Jenseits aller schauspielerischen Erfolge entstand ein zweites, paralleles Leben, welches immer intensiver und konsequenter betrieben wurde.

Fast fünfzehn Jahre lang beschäftigte ich mich mit der Reinkarnationstherapie und absolvierte verschiedene Therapieausbildungen. Ich beschäftigte mich ausführlich mit den Familienaufstellungen von Hellinger, studierte unzählige alternative Heilmethoden, interessierte mich für Rebalancing, Rolfing sowie für Transzendente Meditation und Yoga und wurde intensiv und nachhaltig von den Werken Buddhas, Alice Baileys, des Dalai Lama, von Sri Nisargadatta Maharaj, Ron Smothermon, Ken Keyes und den Lehren östlicher Meister beeinflusst.

Bücher fanden zur richtigen Zeit den Weg in meine Hände und rüttelten mich wach für die wahren Werte. Eine Indienreise ließ mich schließlich zum Vegetarier werden und ich begriff endgültig den Sinn täglichen Meditierens.

Doch die eigentliche Wende kam erst mit einer Krise.

Mitten in einer Zeit der großen beruflichen Erfolge erkannte ich, dass ich, trotz des erfolgreichen Einsammelns von sexuellen Beziehungen, von Macht und Prestige, von Geld und Anerkennung, unendlich weit entfernt von meinem wahren Glück war.

Das einzig Positive an dieser Situation war, dass ich es zum ersten Mal mit aller Deutlichkeit erkennen konnte und dass ich mich nicht mehr von den Schmeicheleien des Ruhmes täuschen ließ.

Ich erkannte klar, dass es keinen Sinn mehr hatte, zu kämpfen oder sich abzustrampeln. Ich ergab mich völlig. Ich ergab mich meinem Schicksal und bat darum, die tief liegende Wahrheit, die mein Lebensweg für mich bereithielt, endlich erfahren zu dürfen. Ich war überzeugt davon, dass das Leben noch mehr zu bieten haben musste als nur berühmt zu sein und sich selbst toll zu finden.

Ich war überzeugt davon, dass es eine tiefere Aufgabe, einen tieferen Sinn in meinem Leben geben musste. Es konnte nicht sein, dass ich einfach nur auf die Welt kam, um mich zu vergnügen und dann irgendwann wieder zu sterben.

Was immer der tiefere Sinn sein mochte, ich war bereit, ihn zu leben. Ich war bereit, meine wahre Aufgabe zu übernehmen.

Da geschah das Wunder. Über ein Gebet, in völliger Hingabe, tat sich plötzlich ein Vorhang in andere Dimensionen auf.

Für einige Zeit zog ich mich danach völlig von der Außenwelt zurück. Ein Engagement in Berlin half mir dabei. Etliche Monate spielte ich nur abends zwei Stunden Theater, die restliche Zeit verbrachte ich in Klausur und Meditation. Extrem wie ich war, stellte ich den Strom ab, warf alles, was meine Gedanken stören konnte, aus der Wohnung, ernährte mich nur noch von Obst und Wasser und beschäftigte mich mit dem Gedanken nach dem tieferen Sinn in meinem Leben und der Frage, wie ich zu einer wahren, echten Liebesbeziehung kommen kann. Wie sich später herausstellen sollte, hing in meinem Fall beides intensiv miteinander zusammen.

Ich machte mir eine Liste, wie meine künftige Beziehung aussehen sollte und stellte mit Entsetzen fest, dass ich zu all dem, was ich forderte, selbst gar nicht bereit war. All das, was ich mir so sehnlichst wünschte, konnte ich selbst gar nicht geben. Entweder weil ich es nicht besaß oder aber nicht fähig dazu war. Ich hatte nie gelernt, mich fallen zu lassen, mich bedingungslos hinzugeben, mich einzulassen und vor allem, mich zu entscheiden: für eine einzige Person; für diese und für keine andere auf der Welt; bedingungslos – aber was ist, wenn man sich der Falschen hingibt?

Da waren sie wieder, die Zweifel, die eine wahrhaft tiefe Liebesbeziehung stets zu verhindern wussten. Nein, ich war nicht mehr bereit, erneut die alten Wege zu beschreiten. Wohin diese führten wusste ich schon. Ich war auch nicht bereit, den ewigen Kreislauf weiter fortzuführen: verlieben – trennen, verlieben – trennen, verlieben – trennen, verlieben – trennen, verlieben – trennen, verlieben – trennen, verlieben – trennen...

Das klingt nach vielen Wiederholungen. Im Leben tun wir dies noch öfter.

Was geschieht in dem Zeitraum zwischen diesem Verlieben und diesem Trennen? In diesem Zwischenraum liegt das Scheitern.

Jedenfalls war ich nicht mehr bereit, mich mit Halbheiten zufriedener zu geben. All das, was ich forderte, wollte ich auch geben. Und was war mit dem, wozu ich noch nicht fähig war? (Das war übrigens erstaunlich viel.) Das wollte ich wenigstens offen legen. Ich wollte mitteilen: »Ja, meine Sehnsucht geht in diese Richtung, aber ich weiß nicht, wie ich da hinkomme. Mir fehlt völlig die Erfahrung.« Ich war auf jeden Fall hundert Prozent bereit es zu lernen und zu leben, egal wie schmerzhaft das auch sein würde.

Als diese Entscheidung gefallen war, geschah etwas Wunderbares. Der Druck war von mir genommen. Es gab nichts mehr, was ich tun musste, ich durfte so sein, wie ich war. Es würde das Richtige geschehen. Das Einzige, was es zu tun galt, war, stets wahrhaftig zu sein. Und ehrlich. Stets alles mitzuteilen, keine Geheimnisse oder Heimlichkeiten, kein Hintergehen, kein Vortäuschen falscher Tatsachen, kein Betrügen oder insgeheimen Vergleichen.

Die Theorie war klar, aber war das überhaupt lebbar? Und vor allem: mit wem?

Die Entscheidung war jedenfalls gefallen. Und weil ich mich entschieden hatte, gab es auch nichts mehr zu suchen. Denn zuvor war es gerade die Suche gewesen, die mich nie mit dem zufrieden sein ließ, was ich hatte. Ich wollte nicht mehr suchen. Ich war bereit, alles einfach nur zuzulassen.

In diesem Moment beschenkte mich das Schicksal mit der größten Lehre, die man sich vorstellen kann.

Ich, der zum Einsiedler geworden war, wurde von den Kollegen überredet, wenigstens einmal nach der Vorstellung mit zum Abendessen zu gehen. Nicht wirklich redselig ließ ich mich mitschleifen, lernte neue Menschen kennen, redete über Dinge, die ich noch nie mitgeteilt hatte, stellte verwundert fest, dass dies meine Gesprächspartner berührte und verschwand wieder in meine Zurückgezogenheit.

Drei Wochen später läutete das Telefon. Es war eine Frau, der ich an diesem Abend meine Nummer gegeben hatte. Ich konnte mich daran erinnern, wusste aber nicht mehr genau, wie sie aussah. Doch, sie war blond, schlank und hatte eine große, dicke Brille.

Wir telefonierten also und plötzlich waren daraus vier Stunden geworden. Ich musste ins Theater. Am nächsten Tag sprachen wir erneut, diesmal sieben Stunden. Und da sich jeder von uns sicher war, dass wir uns nie begegnen würden, erzählten wir einander alles, gaben Geheimnisse preis, die man seltsamerweise nur Unbekannten erzählt.

Es war wunderbar. In dieser Offenheit gab es eine Tiefe und Vertrautheit, die ich bis dahin nicht kannte. Zwei Seelen tauschten sich aus, trotz aller Ferne so nah und ohne all die gewohnten Schutzmäntel, in berührender Ehrlichkeit.

Und bereits nach der dritten Nacht, nach weiteren sieben Stunden, als es langsam hell wurde, fühlten wir uns so nah und verbunden, dass wir beschlossen, einen gemeinsamen Urlaub zu verbringen. Einen Liebesurlaub auf einer kleinen Insel. Da wir uns nicht sehen konnten, ich spielte jeden Abend in Berlin Theater und sie in Bonn, blieb es beim Telefonieren. Am nächsten Tag, nach einer weiteren intensiven Nacht mit ihr am Telefon, beschlossen wir – da wir uns so gut verstanden – nach Beendigung unserer Engagements zusammenzuziehen. Sie kündigte ihren Job und ihre Wohnung. Sie war zu wahrer Hingabe fähig. In sechs Wochen wollten wir in München eine gemeinsame Wohnung beziehen.

Am nächsten Tag gingen wir noch einen Schritt weiter. Wir wollten unser Geld zusammenwerfen. Und nach einer weiteren Nacht beschlossen wir zu heiraten und Kinder zu kriegen.

Die wenigen, denen ich davon erzählte, hielten mich für vollständig verrückt. Aber war ich das wirklich?

In meinen Augen war das scheinbare Risiko überhaupt nicht vorhanden. Würde ich dieser Tiefe und Nähe, die ich mit dieser Frau empfand, keine Chance geben, würde ich mein ganzes Leben damit

verbringen, mir vorzuwerfen, meine wahre, große Liebe nicht gelebt zu haben.

»Aber was ist, wenn ihr euch nicht riechen könnt? Wenn ihr körperlich nicht zusammenpasst?«

Dann würden wir Freunde werden. Denn seelisch bestand ein tiefes, untrennbares Band. Die beste Voraussetzung für bedingungslose Liebe.

Normalerweise war ich den umgekehrten Weg gegangen. Ich hatte mich körperlich mit einer Frau verbunden und erst dann genauer betrachtet, ob sie überhaupt zu mir passt.

Das Schicksal hatte mich lustigerweise diesmal gezwungen vollkommen anders vorzugehen. Erst nachdem das seelische Band geknüpft war, erst nachdem klare Entscheidungen gefällt worden waren, sollte es zu der körperlichen Vereinigung kommen. Als Krönung für zwei Menschen, die zueinander gefunden haben.

Aber noch hieß es zu warten.

Sechs Wochen, bis man sich endlich sehen kann, sechs Wochen ständiger Telefonate, tiefer Gespräche, des Austauschs von Gefühlen und Sehnsüchten und natürlich der Angst, der andere könnte doch noch einen Rückzieher machen.

Ich hatte die größte Chance das zu leben, wonach ich mich so sehnte: Liebe zu geben ohne Bedingungen, ohne einen Handel daraus zu machen, ohne Geheimnisse, alles zuzulassen. Ich war authentisch und dieses Gefühl befreite unendlich.

Nach sechs Wochen kam der große Moment. Ich mietete einen LKW und fuhr nach Bremen, wo sie wohnte, um sie abzuholen.

Ich weiß noch heute, wie glücklich ich im LKW saß, ihre Möbel hinten auf der Ladefläche, sie neben mir, die wunderbarste Frau der Welt. Ich hatte das tiefe Gefühl beschenkt worden zu sein. Dieses Gefühl hat sich bis heute bewahrt. Bis heute betrachte ich sie als Geschenk, dem es jederzeit frei steht, wieder zu gehen.

Dies ist nun dreizehn Jahre her. Wir haben geheiratet und eine Tochter bekommen.

Wir hatten unsere Krisen, weil jede Beziehung Krisen durchläuft, aber ich bin nicht einen Zentimeter von meinen Entscheidungen abgewichen. Diese Frau ist die Einzige in meinem Leben, ich war und bin nicht bereit, über andere Möglichkeiten nachzudenken. Es gibt keine anderen. Tiefe Erfüllung gibt es nur in der Hingabe. Und Hingabe ist nicht austauschbar.

Immer wieder wurde ich gefragt, wie schafft ihr das, gerade ihr, im öffentlichen Leben stehend, die ihr ein Leben führt mit den schönsten Frauen und Männern an eurer Seite, alleine in Hotels, unterwegs und mit Nächten voller Sehnsucht und Versuchungen.

Es gibt sie nicht, die Versuchungen. Wenn man sich entschieden hat, gibt es keine Versuchung mehr. Wenn man erfüllt ist, ist man nicht bereit, sich auch nur mit einem Zentimeter weniger als der Erfüllung zufrieden zu geben.

Es ist wirklich so einfach.

Und immer wenn ich davon erzähle und auch davon, was uns Menschen daran hindert Hingabe zu erfahren, entsteht im Gesprächspartner ein tieferes Verständnis.

Mit der Zeit nahmen diese Gespräche zu. Viele suchten ganz bewusst meine Nähe, um all das mitzuteilen, was man vor anderen eher verschweigt: Sorgen, Ängste, Minderwertigkeitsgefühle. Und immer ging es auch – so sehr der Schein nach außen etwas anderes vortäuschte – um unerfüllte Liebe, um Trauer und um die Wut, in der vermeintlich falschen Beziehung zu stecken oder immer wieder auf den Gleichen hereinzufallen oder aber erst gar nicht den Richtigen zu finden.

Neben beruflichen Ängsten und Sorgen ging es fast immer auch um die Sehnsucht nach einer wahren, tiefen Liebesbeziehung. Und nichts verblüffte meine Gesprächspartner so sehr, wie meine Frage, warum sie sich dann mit weniger zufrieden geben würden?

Diese Gespräche waren erstaunlicherweise keine einseitige Sache, denn jedes Mal geschah etwas Wunderbares: Ich selbst wurde beschenkt. Erfüllt von dem, was ich zu geben hatte und erfüllt



davon, dass es jemanden gab, der es annehmen konnte, begann ich immer selbstverständlicher meine Wahrheit zu leben.

Dabei hatte ich nie das Gefühl, dass ich es war, der dies alles sagte, der erkannte, in welchen Mustern mein Gegenüber gefangen war. Immer hatte ich das Gefühl, dass es einfach gesagt wurde, weil es wahr war. Ich konnte etwas geben, was jenseits von Worten lag.

Es gab einen Austausch zweier Seelen, man berührte sich tief im Inneren und wusste, dass dort die Wahrheit lag.

Als würde ich ein unsichtbares Plakat mit mir herumtragen, zog ich die Menschen an, die Gespräche häuften sich. Selbst bei Empfängen oder anderen offiziellen Anlässen fanden immer genau die Menschen den Platz neben mir, die mit brennenden Fragen nach einer Veränderung in ihrem Leben suchten. Das Ansehen der Person spielte dabei keine Rolle. In dem tiefen Wunsch nach Liebe sind sich alle Menschen gleich.

Nur manchmal suchten diejenigen, die im Rampenlicht der Öffentlichkeit standen, vielleicht wesentlich unerlöster nach Antworten, weil sie keine Ansprechpartner dafür hatten.

Die wichtigste Regel jedenfalls hatte ich gleich zu Anfang gelernt. Nie ungefragt Antworten zu geben, sondern zu warten, still und leise. Etwas, was jeden Werbefachmann zur Verzweiflung bringen müsste – es gab keine Werbung. Und dennoch nahmen diese Gespräche zu, Menschen reisten von Hamburg, Frankfurt oder Berlin zu mir, nur um mit mir zu sprechen. Anscheinend weiß die Seele, wo sie bekommt, was sie sucht. Anscheinend gibt es einen »intergalaktischen, unsichtbaren Werbefeldzug«.

Und stets reisten diese Menschen erfüllt und voller Hoffnung und in der Tiefe der Gefühle berührt wieder ab.

Alle haben wir diese gleiche Sehnsucht: die Sehnsucht nach Glück und Liebe. Und sie ist lebbar. Man muss sich nur dafür entscheiden. Und natürlich auch erkennen, was uns daran hindert, uns endlich *dafür* zu entscheiden. Wir entscheiden uns ständig. Dafür oder dagegen, jede Minute, auch jetzt in diesem Augenblick.

Mein Weg ist nur ein Weg von vielen. Es ist mein Weg. Und nur

darüber kann ich schreiben und berichten. Doch die Wahrheit in meinen Worten kann etwas in dir berühren, sie kann lang vergessenes Wissen in dir zum Schwingen bringen, so dass deine eigene Wahrheit klarer hervortritt.

**Glaube nur, was du tief in dir als Wahrheit empfindest.**

## *Die große Sehnsucht, den richtigen Partner zu finden*

Wir alle haben eigentlich die gleiche große Sehnsucht: Einen Partner fürs Leben zu finden. Einen Partner, der ähnlich denkt und fühlt wie wir, der an unserer Seite steht und zu uns hält, der uns akzeptiert wie wir sind, mit all unseren Stärken und Schwächen, und der natürlich unsere Liebe erwidert. Also einen Partner, der uns entspricht.

Nicht selten treffen wir genau auf diesen Partner. Denn auch seine Sehnsucht ist genauso groß wie unsere. Also wird er genauso auf der Suche sein wie wir selbst.

Doch obwohl wir perfekt zueinander passen und füreinander bestimmt sind, verhindert irgendetwas, dass unsere Anziehungskräfte auch wirklich wirken können.

Dieses »Irgendetwas« sind wir selbst.

Denn trotz dieser tiefen Sehnsucht tun wir seltsamerweise unglaublich viel dafür, es auf keinen Fall zu einer derartigen Beziehung kommen zu lassen.

Welch raffinierte Möglichkeiten wir uns ausgedacht haben, um ein wirkliches Kennenlernen mit unserem wahren Partner zu verhindern, darauf werde ich in diesem Buch ausführlich eingehen. Und natürlich auch darauf, wie wir es schaffen können, unsere wahre Liebe endlich zuzulassen.

**Du musst deinen Partner nicht finden,  
du musst nur bereit sein, ihn zuzulassen.**

Traurige Tatsache ist, dass, wenn der wundervolle Partner dann endlich vor uns steht, wir sehr oft alles tun, um ein tatsächliches Zusammenkommen zu boykottieren.

Doch warum tun wir das?