



Zug um Zug zum Glück

Er fragt sich, ob man eine langjährige Beziehung aufgeben darf.
Kann eine Reise die Liebe retten?



ANIKÓ DONÁTH

Die Multitaskerin ist Schauspielerin, Autorin, Single Mom und berufliche Exfreundin.

Ich bin seit drei Jahren in einer Beziehung und wir sind beide nicht mehr glücklich. Darf man sich auch einfach trennen, ohne alles probiert zu haben? Lohnt sich eine Paartherapie überhaupt?

Daniel M., 40, aus Bern

Sehr geehrter Herr M. Sich lohnen ist mein Lieblingsunwort. Gemäss Duden ist es erst noch ein schwaches Verb und bedeutet: «In ideeller oder materieller Hinsicht von Nutzen sein.» Auf Englisch «to pay off». Die Erwartung ist also gross, etwas fürs Geld zurückzubekommen – und man möchte ja als Paar, verdammt noch mal, die Liebe zurück!

Den schiefen Haussegen zu flicken

kostet. Sie seufzen schon beim Gedanken, wieder und wieder alle Karten auf den Tisch legen und analysieren zu müssen? Das Kartenmischen, geführt von einem Coach, könnte aber auch Spass machen. Und es tut doch auch mal gut, wenn der Therapeut sagt, der andere sei der Löli.

Ich habe mir eine unorthodoxe Alternative zur Paartherapie ausgedacht, und das Geld ist ähnlich gut investiert: Eine grosse Reise bringt Klarheit. Buchen Sie die Transsibirische Eisenbahn! Sie werden stundenlang durch Russland fahren und sehr viel Zeit füreinander haben. Zeit, sich anzuschweigen, zu weinen, zu reden. Falls sich nichts zwischen Ihnen bewegt, dann bewegt sich immerhin der Zug.

Entweder schweisst einen dieses Erlebnis zusammen und Sie reiten in Ulan Bator gemeinsam in den mongolischen Sonnenuntergang, oder es knallt schon am Bahnhof ob der Frage, wer von Ihnen rückwärts fahren muss und ob das Sonnenrollo runter darf.

Sie haben nicht so viel Geld und auch nur wenig Zeit? Dann denken Sie doch an diese Reise! Ich kann Ihnen garantie-

ren: Ihr Bauchgefühl wird Ihnen die Antwort liefern – gratis.

Mein Yogalehrer aus Indien hat mir, als ich in Liebeskummer erkrankt, ganz nüchtern erklärt, dass mit dem Anfang einer Beziehung eh schon ihr Ende bestimmt sei. Ein entlastender Gedanke, finde ich. Wenn die Beziehung dauerhaft bewölkt ist, nach dem Gewitter kein geklärtes Gefühl aufkommt, dann seien Sie mutig und entscheiden Sie sich fürs unbekannte Glück! Denn Ausharren lohnt sich für niemanden, sondern verursacht Magengeschwüre, Gallensteine und Haarausfall.

Winter ade, scheiden tut weh. Aber nach dem Winter kommt der Frühling – naturgesetzlich garantiert – von Moskau bis Peking. •

✉ Fragen Sie unsere Expertin:
beratung@coopzeitung.ch

👤 Anikó Donáth im Internet:
www.exfreundinnen.com
www.anikadonath.com