



VOM TRENNUNGSSCHMERZ  
ZUR FREIHEIT

## *Klarheit in die Liebe bringen*

Schon das Cover regt zum Nachdenken an: Wann ist (vermeintliche) Liebe eine Illusion? Diese Frage bewegt ja fast jeden – früher oder später. Nun, gibt es denn tatsächlich objektive Kriterien, um authentische, warmherzige Liebe ein für alle Mal von Irrungen und Wirrungen unterscheiden zu können? Natürlich nicht! Derartige Kriterien möchte dieses Buch auch nicht vermitteln. Es erscheint daher als genau passend, dass es von einer Künstlerin und Sprachpädagogin verfasst wurde. Fachlich abgerundet wurde es durch den bekannten Paartherapeuten Hans Jellouschek.

Das Buch nimmt die Leserinnen und Leser mit auf eine Reise in Innenwelten. Mit Leichtigkeit und einer Prise Humor werden dabei stets aufs Neue zweierlei Perspektiven gegenübergestellt: Einerseits die Sicht des Ego, aus der heraus Leben und Lieben nach engen Maßstäben gestaltet werden wollen. Als Ausweg aus solch einer Enge öffnet sich ein weites Feld der umfassenden Verbundenheit – ein Raum der Liebe im weitesten Sinne. Die daraus entstehende innere Zufriedenheit soll es leichter machen, auch in einer Paarbeziehung dauerhaftes Glück zu erlangen.

Die Gemälde, von dem mexikanischen Künstler Octavio Ocampo beigesteuert, zeigen die beiden genannten Perspektiven jeweils auch optisch auf. Diese Bilder vermitteln Tiefe und halten Überraschungen bereit: Aus der Ferne besehen zeigen sie eine illusorische Bezogenheit, aus der Nähe wiederum das Leben in all seiner Fülle und Verspieltheit.

Zwischen Kunst und Psychologie angesiedelt, ist dieses Buch ein Kleinod, dem man sich gerne wiederholt zuwendet. In seiner verlässlichen Struktur gleicht es einem Arbeitsbuch. Dabei kann eine Art innere soziale Plastik entstehen in der Auseinandersetzung mit der eigenen Liebesfähigkeit. Immer wieder werden die Leserinnen und Leser auch anhand kleiner Meditationen dazu eingeladen, tief mit sich selbst in Verbindung zu treten und somit zu ureigenen Erkenntnissen zu gelangen.

Besonders sagt mir der Nachklang des Buches zu, eingeleitet durch das neunte Kapitel. Dessen Kernaussage ist für mich das Fazit von Liebe oder Illusion: Es zeigt, wie schillernde Seelenkräfte, die uns manchmal ähnlich einem „Doppelgänger“ erscheinen, mit Liebe allmählich in kraftvolle Attribute für ein erfülltes Leben verwandelt werden können.

Adrian Wagner

- Sylvia Führer: **Liebe oder Illusion?** – Trennungsschmerz lösen, frei werden für Glück, Best-off-Verlag 2015, 144 Seiten, Taschenbuch, € 12,90