

WOLFGANG EHSS

OHNE SCHEIDUNG WIEDER

glücklich



10 SCHRITTE ZUR TRENNUNGSVERMEIDUNG
UND LIEBESERWECKUNG

ohne Scheidung wieder glücklich

10 Schritte zur Trennungsvermeidung und Liebeserweckung



<https://wolfgangehss.com/facebook>



<https://wolfgangehss.com/instagram>



<https://wolfgangehss.com/youtube>



<https://wolfgangehss.com/podcastlovecall>

Inhalt

Einleitung und Vorwort.....	4
Für wen ist dieser Ratgeber gedacht?.....	11
10 Schritte, mit denen Du Deine Beziehung, Ehe oder Partnerschaft retten kannst	13
1. Sorge für einen klaren und krisenfreien Kopf	17
2. Begreife die Krise als Chance zum Change	20
3. Lasse das Ego zurück	23
4. Sei ehrlich zu Dir selbst	26
5. Habe keine Angst vor schmerzhaften Erkenntnissen	29
6. Sei geduldig, es lohnt sich.....	32
7. Lass das Krisenbild des Partners / der Partnerin zurück	35
8. Erkenne die Ursache für die Krise.....	38
9. Schaffe Dir ein Bild der gemeinsamen Zukunft	43
10. Habe keine Angst vor Krisengesprächen	46
Zusammenfassung.....	49
Die Love Mediationen im Überblick	52
Wertvolle Links für Dich	56
Der Wolfgang Ehß Podcast "LOVE CALL"	57
Impressum.....	59

Einleitung und Vorwort

Ich möchte Dich eingangs beglückwünschen. Du hast es geschafft. Du bist einer oder eine von jenen, der oder die sich öffnen konnten. Du bist einer oder eine von jenen, die andere Wege suchen. Du bist vielleicht auch einer oder eine von jenen, die bereits andere Wege versucht haben, die aber nicht zum Erfolg geführt haben.

Du hast vielleicht schon die eine oder andere Trennung oder Scheidung hinter Dir und Du bist Dir bereits darüber im Klaren, was es bedeutet, eine Trennung zu erleben und welche Mühen und welcher Aufwand damit verknüpft sind.

Deine Bereitschaft zur Veränderung

Mein Glückwunsch gilt Dir dafür, dass Du nicht aufgibst, für Dein glückliches und erfülltes Leben einzustehen. Du bist, wenn Du dieses Buch oder auch nur die Vorschau liest, bereit, etwas zu verändern. Denn Du suchst nach einem Ratgeber und einer Unterstützung, die Dir den Weg weist, heraus aus Deinem bisherigen Unwohlsein.

Genau dafür ist dieser Ratgeber gedacht. Er soll Dir einen Weg zeigen, wie Du ohne Trennung und Scheidung mit Deinem Partner / Deiner Partnerin, oder – wenn es nicht anders geht – auch ohne ihn oder sie wieder glücklich und erfüllt sein kannst.

Dieser Weg, der sich Dir hier zeigt, wird Dich zu einem Punkt der Entscheidung führen. Dort hast Du

die Wahl: Möchtest Du noch einmal all das erleben, was Du bisher in Beziehung, Ehe und Partnerschaft erlebt hast, nur in einer anderen Facette, in einer anderen Form und mit einem anderen Menschen. Oder möchtest Du ein für alle Mal mit den bisherigen Erlebnissen, die Dich unglücklich und unerfüllt haben sein lassen, abschließen.

Es ist die Liebe zu Dir selbst, der ein Schlüssel sein wird. Es geht auch um die Wertigkeit, die Du Dir selbst und Deinem Leben und damit Dir, Deiner Beziehung und Deinem Partner / Deiner Partnerin zugestehst.

Stelle Dir folgende Fragen: Kann ich über meine bisherigen Erwartungen, Vorstellungen und Ziele hinwegblicken? Kann ich meinen Horizont erweitern und mit neuen Möglichkeiten neue Wege gehen? Habe ich den bisherigen Kreisgang in meinem Liebesbeziehungsleben, der mich nicht glücklich sein hat lassen, satt? Bin ich schon gesättigt davon und ist der Schmerz, den ich dabei erlebe, bereits größer geworden als jener Schmerz, der dadurch entstehen würde, dass ich mich mit dem Beschäftige, was mich unglücklich sein lässt?

Hoffen auf das perfekte Puzzlestück

Zu Beginn einer Liebesbeziehung hofft man jedes Mal, dass der Partner / die Partnerin dieses perfekte Puzzlestück ist, welches das eigene Leben so ergänzt, ohne größere Veränderungen vornehmen zu müssen. Dabei setzt man sehr gerne die rosa-rote Brille auf und übersieht das eine oder andere

und schaut gerne über das hinweg, was einem schmerzen würde, wenn man sich damit beschäftigen müsste.

Ein glückliches und erfülltes Leben ist frei von diesem Schmerz. Es ist frei von dem bisherigen Unbewussten und Unbekannten, was in jedem Menschen aufgrund der Erziehung, der eigenen Erfahrungswelt und vielen anderen Faktoren schlummert. Daraus erwachsen Vorstellungen, Muster und Glaubenssätzen, die sich mit kollektiven Steuerungen und verschiedenen anderem verbinden.

So entsteht ein bestimmtes Bild davon, wie man in einer Beziehung geliebt und sich fühlen möchte. Dieses Gefühl findet bei entsprechender Betrachtungsweise den Ursprung indem, wie man sich selbst gerne behandeln würde.

Die rosarote Brille als Ursache der Krise?

Diese rosarote Brille verschleiert das eigentliche Problem und jene Ursache, die den Menschen unglücklich sein lässt. Sie lässt eine Hoffnung entstehen: Bei diesem Partner / bei dieser Partnerin werde ich dieses Unglücklichsein nie wieder spüren müssen. Dann brauche ich mich auch nicht mit der Ursache meines Unglücks zu beschäftigen. Ich brauche es mir nicht anzusehen und mich auch nicht einem allfälligen Schmerz, der sich daraus zeigen könnte, aussetzen.

Die Realität sieht oft anders aus. Nach einer gewissen Zeit – meist sind es ein bis fünf Jahre - verliert

diese rosarote Brille immer mehr und mehr an Kraft. Ihre Wirkung verblast nach und nach. Immer mehr wird dann das, was man anfangs nicht sehen wollte, in den Vordergrund gestellt und überschattet die Liebe zueinander. Es überschattet das Glücklichein und das Erfülltsein, weil man in Wahrheit, wenn man sich das eingestehen kann, eine Lüge gelebt hat. Man hat sich selbst versucht ein Leben zu erschaffen, dass eine Unnatürlichkeit in sich trägt, die mit einer verzehrten Wahrnehmung einhergeht. Diese verzerrte Wahrnehmung ist durch die rosarote Brille entstanden, die mit der Zeit immer wirkungsloser wird. Denn sie kann das, was man anfangs nicht sehen wollte, nicht mehr länger unsichtbar machen.

Der Punkt der Entscheidung

Dann ist der Zeitpunkt gekommen, an dem Du Dich als hilfeschuchender Leser zu entscheiden hast: Lebe ich weiterhin mit der rosaroten Brille und versuche mein Glück mit einem anderen Partner oder mit einer anderen Partnerin, oder schaue ich mir das an, was dazu geführt hat und was mir so eine Angst gemacht hat, sodass ich mir diese rosarote Brille aufgesetzt habe?

Genau dort, in diesem scheinbaren Schmerz, der sich bei der Ursachenforschung zeigen kann, liegt die Erlösung, das Glück und die Erfüllung für Dein Leben. Genau dort ist die größte Chance für Dich!

Aus einer höheren Wahrnehmung betrachtet geht es dabei nicht um die Beziehung an sich und um

die Krise, die durch das Tragen der rosaroten Brille entstanden ist, sondern es geht um den Umgang mit Dir selbst und um die eigene Wertigkeit: Bin ich es mir wert, eine solche Liebesbeziehung zu führen, in der ich für immer glücklich und erfüllt sein kann, indem ich mir selbst wahrhaftig und in Liebe begegne? Bin ich schon so weit, dass ich das tun kann und allen Schleier und alles Rosarote ablege, sodass ich mich selbst und damit meine Beziehung und meinen Partner / meine Partnerin so verändern kann, sodass ich mit ihm oder ihr dauerhaft glücklich und erfüllt bin?

Warum bin ich nicht glücklich?

Wenn Du dieses Buch gerade liest – sei es, dass Du es gekauft oder ausgeborgt hast oder die Vorschau ansiehst – dann stellst Du Dir mit hoher Wahrscheinlichkeit genau diese Fragen: Warum bin ich nicht glücklich? Warum darf ich nicht glücklich sein und was steht meinem Glück im Weg?

Wenn Du Dir an diesem Punkt diese Fragen stellst und dabei Schuld, Rechtfertigung und Rechthabenmüssen beiseitelässt, hast Du die Möglichkeit, mit Deinem jetzigen Partner / Deiner jetzigen Partnerin dieses glückliche und erfüllte Leben zu realisieren.

Es kann vorkommen, dass Dein Partner / Deine Partnerin / anfangs nicht bereit ist, die rosarote Brille abzulegen. Lass Dich deswegen aber nicht von Deinem Ziel, ein glückliches und

erfülltes Leben in Beziehung, Ehe und Partnerschaft führen zu können, abbringen. Indem Du Dich von der Angst, Deinen Partner / Deine Partnerin zu verlieren, distanzierst und die Angst ablegst, Dich mit dem Rosaroten zu beschäftigen, erlangst Du wahre Freiheit in Deinem Leben und wirst dadurch bereits glücklich und erfüllt sein.

Werde zum Schöpfer Deiner Realität

Du erlangst die Möglichkeit, ein Schöpfer Deiner Realität und Deines Lebens zu werden und Dir jenen Partner oder jene Partnerin zu erschaffen, den oder die Du an Deiner Seite haben möchtest und mit dem oder der Du ein glückliches und erfülltes Leben führen kannst. Die Traumbeziehung, die Du Dir so sehr wünschst, wird plötzlich Realität.

Schlussendlich wünschst Du Dir nichts mehr als Dich selbst so annehmen zu können, wie Du bist. Denn nur dadurch kann auch ein anderer Dich so annehmen, wie Du bist. Indem Du Dir aber die rosarote Brille aufsetzt, wird auch Dein Partner oder Deine Partnerin Dich nur in der Form des Rosaroten sehen können, weil Du Dir selbst ein Bild von etwas übergestülpt hast, das nichts mit Deinem wahren Sein und der wahren Liebe zu Dir zu tun hat.

Ich möchte Dich mit diesen Worten ermutigen: Ich möchte Dich dazu ermutigen, dass Du den Weg der Selbstliebe und der Wahrhaftigkeit zu Dir selbst gehst. Gib Dir selbst einen Ruck und gib Dir selbst diese Möglichkeit. Nutze dies Chance, mit

der Du Dein Leben verändern kannst und mit der Du in Beziehung, Ehe und Partnerschaft endlich glücklich und erfüllt leben kannst.

Ich werde Dir dafür zehn Schritte aufzeigen, die Dir chronologisch angewendet, zu einem besseren Leben verhelfen können.

Wenn Du Fragen dazu hast, kontaktiere mich gerne per E-Mail:

➤ hallo@wolfgangehss.com

Ich wünsche Dir, dass Du diesen Weg einschlagen und ein glückliches und erfülltes Beziehungsleben führen kannst.

Alles Liebe von Herzen

Wolfgang Ehß

Für wen ist dieser Ratgeber gedacht?

Du hast Dich nicht aus irgendeinem Grunde dazu entschieden, diesen Kurzatgeber zu lesen. Ich gehe davon aus, dass Du Dich deswegen darauf eingelassen hast, weil Du Dich derzeit in einer Beziehungskrise befindest und eine Trennung oder Scheidung in Frage kommen könnte. Vielleicht liest Du diesen Ratgeber auch, weil Du bereits das Gefühl hast, dass krisenreiche Zeiten auf Dich zukommen und Du bereits jetzt eine Wende einleiten möchtest.

Die Basis ist wahre Liebe

In beiden Fällen liebst Du Deinen Partner / Deine Partnerin noch und spürst auch deutlich, dass er/sie Dich noch liebt. Zwischen „Euch“ herrscht wahre Liebe.

Trotzdem ist euer Alltag von der Krise durchwachsen. Ihr fühlt zwischen euch diese immer größer werdende Trennung, die von Streit, Missverständnissen und hohen emotionalen Wellen geprägt ist. Kurz gesagt: Ihr könnt euch nicht mehr oder nur schwer in die Augen sehen. Das Bild der Krise überschattet die Liebe zueinander.

Du verstehst auch nicht, warum es zu der Krise gekommen ist. Eigentlich lief doch alles gut. Es gab zwar ein wenig Reibung zwischen euch, jedoch war

das für Dich nichts, was die jetzige Krise hervorge-
rufen haben könnte. Oder doch?

Trotz der Krise spürst Du tief in Deinem Herzen die
Liebe zueinander und Du weißt, dass es da eine
Möglichkeit geben muss, wie ihr gemeinsam die
Krise überwinden könnt. Du weißt aber einfach
nicht wie, da die Emotionen und Gefühle hochge-
hen und die Klarheit und Durchsichtigkeit fehlt.

Deine Gefühle für Deinen Partner / Deine Partnerin
sind deutlich. Du spürst die Liebe, aber auch Ängste
und Hoffnung. Du wünschst Dir, die Beziehung zu
retten. Du möchtest auch eine vernünftige Grund-
lage schaffen, um eine nachhaltige und dauerhafte
Entscheidung treffen zu können. Alles andere wäre
für Dich eine vergebene Möglichkeit bzw. Chance.

Du bist bereit, alles dafür zu geben, um mit Deinem
Schatz wieder dem ungetrübten Gefühl von Ho-
neymoon unbeschwert Ausdruck verleihen zu kön-
nen. Du fühlst und weißt, dass Dich nur das aus Dei-
nem angespannten Zustand befreien kann.

Du bist deswegen bereit, Dich mit Deinem Partner
/ Deiner Partnerin an einen Tisch zu setzen und in
Ruhe über all das, was euch belastet, zu reden. Du
spürst, dass es das Beste für eure gemeinsame Zu-
kunft ist, zusammenzubleiben.

10 Schritte, mit denen Du Deine Beziehung, Ehe oder Partnerschaft retten kannst

Du findest im Anschluss eine Strategie, basierend auf 10 Schritten, mit denen Du die Möglichkeit hast, aus der Krise hervorzutreten und an dem Fortbestehen Deiner Beziehung, Ehe oder Partnerschaft zu arbeiten. Wenn Du Dich gerade in einer Beziehungskrise befindest, versuche diese Tipps der Reihe nach umzusetzen.

Dabei sollte der allererste Schritt sein, dass Du einen klaren und krisenfreien Kopf bekommst, damit Du alle weiteren Schritte frei von der Belastung und der Beeinflussung durch die Krise setzen kannst. Denn nur dann besteht die Möglichkeit, die richtigen Hebel in Bewegung zu setzen. Wir kommen darauf weiter unten zu sprechen.

Meine Befähigung als Experte

Du fragst Dich an dieser Stelle vielleicht, was mich überhaupt befähigt, die Behauptung aufzustellen, dass diese 10 Schritte Dir wirklich helfen werden?

Ich war über 10 Jahre in der Berufssparte Rechtsanwalt tätig. Ich habe mich dabei auf Eherecht, Scheidungsrecht und Familienrecht spezialisiert und habe diese Tätigkeit auch viele Jahre selbstständig ausgeübt. Ich weiß also ganz genau, was in solchen Krisensituationen alles geschehen kann und

welche Auswirkungen das auf das Zusammenleben hat.

In den letzten Jahren meiner Tätigkeit als Rechtsanwalt habe ich mich immer mehr mit den Möglichkeiten alternativer Streitbelegungen beschäftigt und bin dabei auf die Mediation gestoßen. Sie bietet sämtliche Möglichkeiten, um Konflikte und Krisen nachhaltig und dauerhaft lösen zu können. Immer mehr bin ich in diese Tätigkeit hineingewachsen, bis ich mich dazu entschlossen habe, den Beruf des Rechtsanwaltes zurückzulassen und als Mediator tätig zu werden.

Der Grund dafür lag darin, dass ich erkannt habe, wie wenig Zielführend "Streiten" ist und dass eine nachhaltige und dauerhafte Konfliktlösung nur dann geschehen kann, wenn der Konflikt aus einer holistischen Betrachtung heraus erkannt und gelöst wird.

Vor Jahren habe ich auch selbst eine solche Krisensituation in meiner eigenen Beziehung erlebt. Dabei habe ich all diese Gefühle, die eine solche Krise begleiten, wie etwa das Gefühl der Unsicherheit, der Angst und der Ungewissheit über die finanzielle und persönliche Zukunft am eigenen Leib verspürt.

Mediation als Schlüssel zum Erfolg

Als ich nach der Krise erkannte, wie einfach es gewesen wäre, sie zu beenden und wieder eine glückliche Beziehung zu führen, habe ich es mir zum Ziel

gemacht, dieses Wissen an meine Klienten und Klientinnen weiterzugeben.

Deswegen ist es mir als Mediator auch ein so großes Anliegen, dass ich Paare in Krisensituationen mit den „Love Mediationen“ bestmöglich unterstützen kann, damit sie zusammenbleiben können und ein Trennungsschaden für alle Beteiligten, sei er die Gefühlswelt, die Familienwelt oder auch die Finanzwelt betreffend, vermieden werden kann.

Alle meine Klienten und Klientinnen erhalten ein maßgeschneidertes Konzept zur Konfliktbewältigung, das der jeweils vorherrschenden Situation angepasst wird. Die Mediationsmethode an sich basiert auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen in Verbindung mit Techniken der Weisheitstraditionen.

Wenn Du noch mehr zu mir und dem Grund wissen willst, warum die Liebe meine Mission ist, empfehle ich Dir den Love Call Podcast und zwar die zweite und fünfte Folge. Dort erfährst Du mehr über mich, über meinen Weg, wie ich arbeite und warum es keinen Sinn macht, eine krisenreiche Beziehung zu leben. Du kommst unter folgendem Link zum Podcast:

➤ <https://wolfgangehss.com/podcastlovecall>

Wenn Du Fragen zur oder Schwierigkeiten bei der Umsetzung hast, scheu Dich nicht davor mich zu kontaktieren. Ich biete jedem, der sich in einer Beziehungskrise befindet und sich nicht trennen

möchte, die Möglichkeit, ein kostenfreies Strategiegespräch in Anspruch zu nehmen.

Ermittle Deinen Status

Mit diesem Gespräch kannst Du den Status der Beziehungskrise kennenlernen und auch in Erfahrung bringen, wie ich arbeite. Du gewinnst damit nicht nur wertvolles Know-How, sondern Du weißt dann auch ganz genau, wo Du stehst und was Dein nächster Schritt ist, um Deine Beziehung zu retten. Den Link zu diesem kostenfreien Ersttermin findest Du hier:

- <https://wolfgangehss.com/terminvereinbarung-2>

Du kannst mir Deine Fragen oder auch Anregungen gerne per E-Mail zukommen lassen. Die E-Mail-Adresse, unter der Du mich erreichen kannst, lautet:

- hallo@wolfgangehss.com

Ich wünsche Dir viel Erfolg und gutes Gelingen bei der Umsetzung.

1. Sorge für einen klaren und krisenfreien Kopf

Falls Du gerade eine Beziehungskrise durchlebst, dann wirst Du Dir jetzt sicher denken, dass das leichter gesagt ist, als getan. Ich kann diesen Gedanken gut verstehen und nachvollziehen. Denn durch die Krise ist die Aufmerksamkeit und Energie in der Krise verhaftet und es fällt schwer, nicht an sie zu denken.

Wenn Du aber ernsthaft an der Rettung Deiner Ehe, Partnerschaft oder Beziehung interessiert bist, dann ist dieser Schritt der allererste und wichtigste. Denn nur so ist es möglich, dass Du einen klaren Blick bekommst. Erst dann kannst Du eine Entscheidung treffen und die richtigen Hebel in Bewegung setzen, frei von Emotionen und Erfahrungen, Beziehungsmustern und Erlerntem sowie kollektiven Steuerungen.

Dieser Schritt erscheint anfänglich nicht leicht, da sich ein „Gefangensein in der Krise“ eingestellt hat. Die Gedanken kreisen immer wieder um dasselbe Thema und haben zum Ziel, eine Lösung für die Krise zu finden.

Mache Dir aber zunächst eines bewusst: Auf der Ebene der Krise kannst Du die Krise nicht lösen. Das ist wissenschaftlich und psychologisch bereits mehrfach belegt und bewiesen. Du benötigst einen Blick, der frei ist von der Krise.