

Der Liebesschmerz

Passende Musik: [Nothing Else Matters](#)

„Es geht vorbei.“ Natürlich geht es vorbei.

„Die Zeit heilt Wunden“, sagt man so schön.

„Du musst nur loslassen können“, ist ein anderer Spruch.

Aber es wirklich zu *fühlen* und ganz im Liebeskummer zu sein, ist nochmal eine andere Qualität.

Dem Menschen nur kurz begegnet zu sein und dann zu wissen, dass man ihn nie wieder sehen wird.

Es war eine große starke unendliche Liebe, doch sie dauerte nur wenige Stunden lang. Ein Tausendstel Wimpernschlag im Augenblick der Geschichte wart ihr zusammen. Die Begegnung war kurz und heftig.

Aber sie ist geschehen. Ein unendlicher kurzer Moment. Und doch reicht er aus, dich für ein Leben lang zu prägen.

Du wirst jetzt immer diesen Mensch suchen. Du wirst ihn überall sehen.

Deine Augen wurden neu kalibriert. Du wusstest vorher gar nicht, dass du so lieben kannst. Er ist gekommen und er passte sofort, ganz unbewusst auf dein Suchschema, dass anscheinend immer geöffnet, aber selten wahrgenommen wird.

Diese kurze Begegnung mit ihm führt dazu, dass du dich nun komplett ändern wirst. Du akzeptierst deinen eigenen Status nicht mehr. Du wünschst Dir eine Wandlung, denn du selbst fühlst dich inkomplett und unfertig.

Der andere Mensch hat dafür gesorgt, dass du dich entwickeln willst.

Eigentlich müsstest du ihm dankbar sein, aber dennoch fühlst du Groll und Ärger.

Er hat dich abgelehnt und liebt dich nicht. Du fragst dich, was Dir fehlt?

Wie müsstest du sein, dass er dich liebt? Dass du neben seinem Glanz nicht völlig untergehst?

Was hast du falsch gemacht?

Welcher Schalter in deiner Biografie wurde falsch gelegt?

Bist du zu dick? Zu hässlich? Zu alt? Zu naiv?

Stimmt was mit deinem Charakter nicht?

Bist zu männlich? Zu weiblich?

Verdienst du zu wenig?

Hast du die falschen Verwandten? Oder doch eher die falschen Hobbies?

Warum fühlst du dich plötzlich so leer? So schlecht?

Ist es nicht genug, so wie du bist? Reichst du nicht?

Und warum kannst du die Fehler nicht einfach bei *ihm* suchen.

Warum kannst du ihn nicht einfach ablehnen, abhaken und fallen lassen!

Der Liebesschmerz legt ein ganzes Bündel an schlechten Eindrücken und Erfahrungen frei. Die alte Schale wird weggesprengt und darunter kommt ein neuer Mensch zum Vorschein.

Ich bin mir sicher, die Natur will es so, dass wir uns eher „in die Falschen“ verlieben.

Es soll nicht zu einfach sein! Der andere Mensch, er soll uns dienen.

Er soll uns dabei helfen, dass wir uns entwickeln können.

Er soll unerreichbar werden, damit wir uns anstrengen.

Verliebt – 2

Verliebt in wen oder was? – werdet ihr fragen.
Ob ich das so genau weiß?

Ob ich das so genau klären sollte?

Braucht das Objekt meiner Liebe überhaupt ein Ziel, einen ganz bestimmten Menschen, ein ganz bestimmtes Ziel?

Oder kann ich nicht einfach die ganze Welt lieben?

Eine schöne Vorstellung: Der ganzen Welt Aufmerksamkeit und Rosen entgegen tragen.

Sie in das eigene Herz einschließen und sagen „du bist mir wichtig, ich liebe dich.“

Hey Welt, guten Morgen, ich liebe dich.

Und den Typ da, den liebe ich auch. Er ist aber nicht der einzige. Bilde er sich nicht soviel darauf ein!

Ich liebe auch meine Freundin, meine Brieffreundin, die entfernte Facebook-Bekannschaft, ich liebe meine Eltern, meine Verwandten, meine Kollegen – ich liebe sie einfach alle.

Wo soll die Liebe aufhören und wo soll sie beginnen?

Wer sagt mir, wie genau ich die Linien ziehen soll?

Wen darf ich lieben und bei wem ist es verboten?

Wer macht die Regeln, wenn nicht ICH SELBST.

Die Liebe zu den materiellen Dingen ist endlich, so wie die materiellen Dinge endlich sind.

Die Liebe zu anderen Menschen aber ist unbegrenzt, frei und stark.

Wenn man glücklich werden will, muss man die Liebe zu anderen Menschen entdecken.

Wer nur sich selbst liebt, bekommt nur einen begrenzten Anteil an Liebe zurück.

Wer die ganze Welt liebt, kann theoretisch die Liebe der

ganzen Welt zurück bekommen.

Daher ist die Hinwendung zu den anderen Menschen und das Mitgefühl so wichtig.

Man muss das, was nicht mehr lebt und was einem nicht mehr weiterbringt, loslassen und man muss neue Menschen in sein Leben lassen.

Verliebt

Einfach nur verliebt. Ein schönes Gefühl.

Ich fahre im Auto durch die Gegend und in meinem Herz singt es.

Es kommt mir alles leicht und schön vor.

Ich fühle mich energetisch und stark. Aufgeladen bis in die Haarspitzen.

Eine Erkältung war im Anmarsch und wurde innerhalb von 24 Stunden wieder abgewehrt.

Das graue Wetter spielt keine Rolle und kann mich nicht runterziehen.

„Schön, dass *du* wenigstens heiter bist“ sagt meine Mutter zu mir.

Sie hatte die ganze Woche gejammert und geklagt.

Mein Papa bekommt nur mühsam die Worte raus und wenn, dann werden es lange Vorträge.

Beim Essen stelle ich fest, dass ich hektisch und schnell esse. Ich bin immer doppelt so früh fertig wie meine Eltern, bei denen alles langsamer geht.

Ich fühle mich unruhig. Ich will raus, spazieren gehen! Ich

gehe, nein ich *renne* mehr durch die Nacht. Dabei geht er mir ständig durch den Kopf. Ich kann einfach nicht abschalten. Ich habe Schlafstörungen. Ich sehe Bilder von ihm in meinem Kopf, ich fühle mich verfolgt.

Es ist wie eine Droge, nur stärker, nur schöner, nur reiner.

Wann kommt mal wieder ein Lebenszeichen denke ich mir?

Wann denkt er an mich? Denkt er überhaupt an mich?

Bilde ich mir alles ein?

Was ist mit mir geworden? Wer hat bestimmt, dass ich jetzt – genau jetzt! – so sein soll, wie ich bin? Ich komme mir verrückt und aufgedreht vor.

Alles ist verschoben, kein Stein mehr auf dem anderen.

Ich denke, ich bin verliebt.

Vorbei

Und jetzt ist es vorbei, was nie begonnen hatte.

Ich spüre deinen Atem noch, ich sehe dein Lachen noch.

Dann fahre ich weiter und du bleibst stehen.

Es wird kein Happy End geben für uns beide.

Egal was ich mache, du gehst mir nicht aus dem Kopf.

Tief in meinem Herzen hast du dich eingebrannt.

ich sehe ständig dein Gesicht vor mir.

Ich spreche dich an, aber du sagst nichts.

du lächelst nur.

dann guckst du verlegen auf den Boden

und schweigst.

Geplatzte Träume, zerstörte Hoffnungen

unendliche Traurigkeit.

Das Problem sind nicht die Träume.

Das Problem ist, wenn man aufwacht.