

## Liebe ist ... Was Pärchen nicht tun sollten

Viele fragen sich, wie sie die Liebe so lange aufrecht halten können, dass daraus eine gemeinsame Zukunft wachsen kann. Andere wiederum, die eine Scheidung oder Trennung nach vielen Jahren hinter sich gebracht haben, stehen der Liebe mit gemischten Gefühlen und Vorwürfen gegenüber. Wenn es mit der Liebe nicht geklappt hat, sagen viele: „ich habe mich getäuscht, oder er/sie hat mich getäuscht“. Liebe ist ...

Ein Fehler, den frisch Verliebte hormonell bedingt begehen, ist, sich von der rosaroten Brille blenden zu lassen. Hiermit werden die eigenen Hochgefühle bis ins kleinste Detail auskostet und regelrecht zelebriert. Heile Welt und Glückseligkeit forever. Wenn der so hingebungsvoll geliebte Partner dann aber immer wieder mal aus dem Blickfeld dieser Brille rückt und sie abgenommen werden muss, um zu kontrollieren wo er geblieben ist, kommt leider oft die ernüchternde Erkenntnis.

### Täuschung oder Selbsttäuschung?

Die dann folgende Erkenntnis, dass die eigenen Gefühle und daraus resultierenden Handlungen gar nicht so erwidert wurden, erschüttern zu tiefst. Das Gefühl um etwas Schönes betrogen worden zu sein, lässt entweder die Liebe in Hass umschlagen, oder wird in Selbstvorwürfen, dass man nicht gut genug, oder einfach nur zu blöde war, umgewandelt.

Das kann jeder neuen Liebe wie ein grober Stein im Weg liegen.



### Liebe ist ... was tun gegen das zu frühe Aus einer Liebesbeziehung?

Fragt man langjährige Beziehungspare, oder Eheleute, die mindestens die silberne Hochzeit, oder gar schon die Goldene Hochzeit planen, kommt man zu erstaunlichen Übereinstimmungen in Dingen, die man tunlichst unterlassen sollte, wenn die Liebe und Partnerschaft verschmelzen und sehr lange halten soll.

Alle stimmten überein, dass der Respekt vor den Gefühlen des Anderen, die Basis für eine lange Beziehung bildet.



Streiterei gab und gibt es in jeder langen Beziehung, doch die Qualität ist maßgeblich für das Leben nach dem Streit. Nicht die sexuelle Zusammenkunft nach dem Streit ist ein Indiz für eine gute Beziehung und Liebe, sondern die Fähigkeit, Vorwürfe nicht stehen zu lassen. Gemeinsam einen Kompromiss zu finden und diesen zu leben.

Ein absolutes NO-GO ist der körperliche Übergriff oder die Androhung von Gewalt. Neben körperlichen Schäden kommt es in jedem Fall zur psychischen Belastung, die kein Mensch verdient und nichts mehr mit Liebe zu tun hat. Liebe ist nicht Gewalt.

## Eifersucht ist das schleichende Gift für jede Beziehung

Wer einen gesunden Egoismus lebt und ihn durch Respekt und Rücksicht gegenüber dem Partner beherrscht, kann auch nicht eifersüchtig werden. Wer Anspruch auf sexuelle Befriedigung hegt, ist entweder von seiner Eifersucht getrieben, oder lässt seinem Egoismus freien Lauf.

Sexualität darf nicht überbewertet werden, denn alles was nicht freiwillig gegeben wird, ist unbefriedigend und lässt ebenso zwangsweise nach Auswegen suchen.

Pietätlosigkeit lässt die Achtung gegenüber dem Partner und Dritten immer mehr schwinden. Nur wer nimmt, was ihm freiwillig gegeben wird, hat den Respekt des Partners hundert Prozent auf seiner Seite. Mehr noch, der Partner ist bereit, auch über seine Grenzen hinweg zu geben, da er sich sicher ist, geliebt und respektiert fühlt.

Taktvolle Rücksichtnahme ist eine sehr heikle Sache, da jeder Mensch andere Werte mit Respekt verbindet. Daher ist es wichtig, offen zuzuhören, wenn dem Partner etwas nicht gefällt. Wenn er Unsicherheit zeigt und zögernd ist. Aufmerksamkeit ist hier mit Respekt gleich zu setzen. Denn wer liebt, öffnet seine Seele und ist somit sehr verletzlich, was psychisch tiefe Narben mit sich bringen kann.

## Money – Money – Money

Gemeinsame Kasse für die gemeinsame Zukunft ist genau so wichtig wie die Trennung von Geld und Liebe. Jede Partnerschaft sollte im Bezug auf die Finanzen die selben Werte in sich tragen, oder aber einen beiderseitig akzeptablen Kompromiss finden können. Ohne die Sicherheit der Übereinstimmung schwelt immer ein kleines Feuer, das schlimmstenfalls die Liebe zerstören kann. Auch hier ist der Respekt die Basis für eine Lösung.

Auch die Geldbörse sollte für den Partner Tabu sein. Solange, bis der Einblick gewährt wird. Geschieht dies nicht, liegt es entweder an den partnerschaftlichen Regeln, oder an Misstrauen. Selbes zählt auch für Smartphones und andere elektrische Datenspeicher, wie Computer, etc..

## Mein Deo – Dein Deo

Nie sollte die Achtung vor der Privatsphäre des Partners missachtet werden. Sei es bei seinen persönlichen Aufzeichnungen, seinem Bargeld, oder seiner körperlichen Pflege und Stuhlgang. Besonders im Hygienebereich von Bad und Toilette sollten Störungen ein Tabu sein. Doppelte Waschbecken bedeuten nicht, zur selben Zeit Intimpflege zu vollziehen, sondern sie grenzen, aus hygienischer Sicht, die Nutzer voneinander ab. Wer möchte schon so tiefe Einblicke in die Einzelheiten der Körperpflege des Partners erhaschen und wer möchte dabei gerne beobachtet werden?

Gewisse Dinge sollte jeder für sich und zum Wohl des anderen für sich behalten. Hier zählt mehr das Resultat als das Dabei-sein. Einem gemeinsamen Vollbad, oder einer liebevollen gemeinsamen Dusche ist aber natürlich nichts entgegen zu bringen. Gerade solche körperliche Nähe im Badezimmer kann die Beziehung und die Liebe auf erfrischende Art und Weise bereichern.

Liebe ist Liebe!

(Text: Johanna Hubien / Foto: Roman Henn by jugendfotos.de)