

Ohne Wenn und Aber zur großen Liebe Wie finden Singles den perfekten Partner? Indem sie sich erst einmal selbst richtig verstehen lernen. Und dann ...



©Bilderbox

Endlich den Partner fürs Leben finden, ist der Wunsch vieler Singles

„Ihr Traum, einen liebevollen und wirklich zu Ihnen passenden Partner zu finden, entspringt einem gesunden und zutiefst menschlichen Aspekt Ihrer Natur - und die Erfüllung Ihres Traumes ist tatsächlich erreichbar!“, frohlockt der Klappentext des Buches „Ohne Wenn und Aber“.

Verfasst wurde es von dem Amerikaner Dr. Harville Hendrix, der inzwischen weit über die USA hinaus mit seiner Imago-Therapie bekannt wurde. Im Zentrum steht dabei Hendrix' These, dass Beziehungen nach der ersten Phase der Verliebtheit meist deshalb nicht funktionieren, weil einem vom Partner Verletzungen und nicht erfüllte Bedürfnisse der Kindheit gespiegelt werden.

Durch bestimmte Verhaltensweisen des Partners flammen diese frühen Frustrationen und Verletzungen immer wieder auf. Wer dies erkennt und reflektiert, bekommt die Chance, Kindheitswunden in einer Beziehung zu heilen und dann zu einer erfüllten Partnerschaft zu gelangen.

Singles, die vermeintlich nie „den/die Richtige/n“ finden, sollten sofort einmal mit der Partnersuche aufhören und sich selbst erst einmal analysieren, so Hendrix in seinem Buch sinngemäß.

„Wie auch immer Ihre Beziehungen in der Vergangenheit verlaufen sind - als Single sind Sie in der idealen Position zu lernen, was Sie wissen müssen und was Sie tun können, um Ihre Chancen zu verbessern. Nützen Sie diese Zeit zur Vorbereitung auf eine glückliche Liebesbeziehung“, so der Grundtenor des Buches.

Die wichtigsten Schritte:

- erkennen Sie die Rolle Ihrer Kindheit
- befreien Sie sich vom Muster der Beziehung Ihrer Eltern
- entdecken Sie Ihre Imago - das in Ihrem Unterbewusstsein existierende Idealbild Ihres Partners
- lernen und profitieren Sie von früheren Beziehungen
- üben Sie sich in neuen Verhaltensweisen als Vorbereitung auf eine bewusste Beziehung



©Renate Götz Verlag

Der Weg zu einer liebevollen, bewussten Beziehung ist immer gleich, ganz unabhängig, ob man aus einer dysfunktionalen Familie stammt oder weniger ernsthaft verletzt wurde. Sie brauchen Mut, um Ihre Kindheit zu untersuchen“, räumt Hendrix ein. Das Buch enthält eine Reihe von Fragebögen, anhand denen man die eigene Kindheit

durchleuchten kann. Anschließend gibt es eine Reihe von Übungen, die dazu gedacht sind blockierende Verhaltensmuster zu verändern.

Was immer man von Hendrix Thesen hält, die Auseinandersetzung mit seinen eigenen Macken ist bindungswilligen Männern wie Frauen sicher sehr zu empfehlen. Ab einem gewissen Alter und materieller Unabhängigkeit wollen sich viele Menschen nämlich Machtkämpfe, Selbstmitleid und diverse infantile Verhaltensmuster einfach nicht mehr in einer Partnerschaft antun und bleiben deshalb lieber allein.

Harvill Hendrix, Ph.D.

Ohne Wenn und Aber - Vom Single zur Liebe fürs Leben

Neue deutsche Ausgabe ersch. Oktober 2007 im Renate Götz Verlag

17,50 EUR

ISBN 978-3-902625-00-7

Brigitte Zarzer, 23.01.2008

http://www.gesundesleben.at/index_.cfm?bid=3&tid=16&uid=134&sid=10431&tabelle=beitrag