

Herausforderung Partnerschaft

Roja Pelzer

1.

Eine Geschichte aus dem Leben:

Da gibt es ein Ehepaar. Sie wollen sich den Samstag Abend ganz gemütlich machen und schön zusammen zu Abend essen. Beide sind in der Küche, es herrscht eine liebevolle Atmosphäre und sie bereiten gemeinsam das Abendessen zu. Da fällt dem Mann ein, dass er sehr gerne einen Rotwein zum Abendessen hätte, sie aber keinen mehr im Keller haben.

Er sagt zu seiner Frau, dass er schnell in den Supermarkt um die Ecke geht, um einen Rotwein zu kaufen.

„Komm' aber schnell wieder, sonst steht das Essen zu lange auf dem Herd, es ist gleich fertig. Inzwischen werde ich uns schön den Tisch decken.“

Sie rechnet sich aus, dass er in ca. einer Viertelstunde wieder Zuhause sein müsste.

Nach einer Viertelstunde schaut sie auf die Uhr und freut sich, dass ihr Mann gleich durch die Tür kommt und sie sich gemeinsam an den hübsch gedeckten Tisch setzen können. Fünf Minuten später ist er noch nicht da und sie denkt, dass es sicherlich eine lange Schlange vor der Kasse gab, er aber gleich da sein müsste. Nach weiteren fünf Minuten mit dem Blick auf die Kochtöpfe fängt sie schon ein bisschen an sich zu ärgern: „Ich habe ihm doch extra gesagt, dass er gleich wieder kommen soll, da das Essen sonst nicht mehr so frisch ist! Was denkt er sich nur dabei?“ Nach weiteren fünf Minuten grummelt sie schon laut vor sich hin und schimpft: „Das zeigt ja wieder schön, WIE wichtig ich ihm bin. Jetzt wollten wir so einen schönen Abend verbringen und ich stehe hier am schön gedeckten Tisch mit dem Essen, das langsam wieder kalt wird und kann warten! Wahrscheinlich hast du mal wieder einen deiner Freunde getroffen und vor lauter Reden über das letzte Fussballspiel vergisst du mich ganz. Immer kommen andere zuerst dran. Weißt du überhaupt, wie es mir damit geht? Kannst du auch einmal an mich denken? Du kümmerst dich nie um mich! Immer gehst du rücksichtslos deinen eigenen Weg! Oh, wie ich das hasse! Jetzt stehe ich hier....“

→ hier höre ich mal auf und lasse Ihrer Fantasie Freiraum

Jeder von uns hat sicherlich eine ähnliche Geschichte schon einmal erlebt, vielleicht in einer ganz anderen Situation und hoffentlich nicht so stark.

Was ist hier passiert?

Gedanken - Gefühle - Handlungen

Zuallererst sind da die Gedanken. Und wenn wir negativ denken (was wir leider täglich sehr viel machen, meinst eher unbewusst), dann werden die Gefühle auch negativ. Und wenn die Gefühle negativ sind, wird unser Handeln davon geprägt sein.

Also:

Und das passiert andauernd in unserem Alltag. Wir sind verantwortlich für unsere Gefühle! Der andere kann mir zwar einen Anlass geben, traurig, verletzt, ärgerlich, wütend, etc. zu sein, aber ich kann mich immer noch entscheiden, ob ich diese negativen Gefühle haben möchte, bzw. ob ich die Worte des anderen wichtig oder unwichtig mache.

Wie am oberen Beispiel zu sehen ist, können wir uns ganz schön in unsere negativen Gedanken reinsteigern und somit uns den kompletten Abend verderben und einen riesen Streit verursachen.

Wie die Geschichte ausging? Es gibt viele Möglichkeiten:

- die Frau hatte mit ihrer Annahme Recht
- er hat bei einer Reifenpanne geholfen
- er hat einen Freund getroffen, der an diesem Tag erfahren hat, dass er Krebs hat
-
- sie hat es geschafft sich für positive Gefühle zu entscheiden.

Leider gehen wir oft erst einmal vom Negativem aus und entsprechend verhalten wir uns dann unserem Partner gegenüber und das ist dann der Anfang von einer Auseinandersetzung.

Rudolf Dreikurs sagt:

„Es ist menschlich Fehler zu machen. Es ist aber beinahe unmenschlich jemand wegen seiner Fehler seines Wertes zu berauben.“

Gefühle sind unsere Triebkraft, die Energie unseres Handelns.

Gefühle führen uns zu unserem Ziel. Oft ist es unbewusst. Dreikurs sagt, dass wir sie oft durch einen kunstvollen psychologischen Überbau verhüllen. Gefühle bereiten Handlungen vor; sie unterstützen oder vereiteln sie.

2. Partnerschaft

Wer ist verheiratet oder lebt in einer Partnerschaft?

Kaum ein Mensch lebt völlig alleine, jeder hat zumindest zeitweise eine Verbindung zu anderen Menschen. Die Gemeinschaft ist ein Urbedürfnis der Menschen. Der Mensch ist ein soziales Wesen, wir wollen zugehörig sein und beitragen. Wir suchen unterschiedliche Vereine und Gruppen auf, auch wenn wir uns bewusst für ein Single-Leben entschieden haben. Ganz ohne Gemeinschaft geht es nicht.

Trotz der heutzutage großen Skepsis der Ehe- und Partnerschaft gegenüber wird nach wie vor von romantischen Vorstellungen ausgegangen, dass die Partnerschaft *die Erfüllung aller Träume* ist.

Stattdessen sollten wir sie als **Lebensaufgabe** ansehen. Wir gehen mit der Entscheidung eine Ehe und Partnerbeziehung zu gründen eine Verbindlichkeit ein, die wir heutzutage selten als solche erkennen. Die Verbindlichkeit bedeutet eigentlich:

Ich glaube an mich und meinen Partner, an unsere Partnerbeziehung, an unsere Fähigkeiten und bin bereit alles dafür zu tun, meinen Anteil zu erkennen und bewusst

die Partnerschaft jeden Tag ein wenig besser zu machen.

Anfangs betrachten sich beide Partner gegenseitig noch als ideal, entdecken Gemeinsamkeiten, sind bereit, sich auf den anderen einzustellen und ihm seine Wünsche zu erfüllen: „Hauptsache mit dir zusammen sein“. Verliebtheitsgefühle und Sehnsucht nach Nähe stehen im Vordergrund.

Später, im Alltag, treten mehr Verschiedenheiten und Schwächen zutage. Die Partner kümmern sich wieder mehr um ihre Interessen. Alltagspflichten rücken in den Vordergrund, eine Routine kehrt ein. Erste Gefühle der Ernüchterung (oder sogar Enttäuschung) treten auf.

Und ganz später evtl. das:

Scheidungsrate Schweiz:	1970: >15, %
	2014: >51 %
Scheidungsrate Deutschland:	2015: 49%

Die 10 Länder mit den höchsten Scheidungsraten

- | | |
|----|-----------------|
| 1 | Belgien 71% |
| 2 | Ungarn 68% |
| 3 | Tschechien 65% |
| 4 | Spanien 61% |
| 5 | Frankreich 55% |
| 6 | USA 53% |
| 7 | Russland 53% |
| 8 | Schweiz 51% |
| 9 | Deutschland 49% |
| 10 | Slowakei 47% |

Quelle: Allianz/Eurostat 2010

3. Darum Herausforderung!!

Ehen sind heute nicht mehr Bedingung zum wirtschaftlichen Überleben von Frau und Mann:

- der gewachsene Wohlstand
- die höhere soziale Sicherheit
- die veränderte Rolle der Frau
- die Erwerbstätigkeit der Frau

Eine Scheidung ist in der Gesellschaft nicht mehr verwerflich:

- es kommt häufig vor
- wir leben in einer Spaß-Gesellschaft, wir vermeiden „unangenehme“ Situationen, bzw. Aufgaben, die anstrengend sind
- wir geben zu schnell auf

Entsprechend leichter wird auch der Schritt zur Scheidung.

4. Was hindert uns an einer gelungenen Partnerschaft?

1. Die zunehmende Ichhaftigkeit (nicht mit Egoismus zu verwechseln) steht dem

Wunsch nach erfüllter Partnerschaft im Weg.

2. Mangelnder Glaube und Entmutigung

3. Machtkampf: Mindestens einer versucht, den anderen zu verändern, ihn nach seinen Erwartungen zu formen. Möglicherweise treten Misstrauen, Wut und/oder Schuldzuweisungen auf.

4. Recht haben wollen

In der Partnerschaft hat der, der Recht haben will Unrecht! Weder nachgeben noch Recht haben wollen, sondern verstehen und helfen. Bei nachgeben verletze ich meine Würde, beim Recht haben wollen die Würde des anderen.

5. Sich nicht verstanden fühlen

Wir haben meist nicht gelernt miteinander zu reden. Nicht zueinander, sondern miteinander! Wir nehmen uns nicht die Zeit, tun es zwischen Tür und Angel, oder sogar in einem Streitgespräch. Da kann der andere nicht zuhören. Genauso nicht bei Schuldzuweisungen und Vorwürfen.

6. Unterschiedliche Bedürfnisse

Als erstes sterben die gemeinsamen Träume, dann stirbt das Gemeinschaftsgefühl, als letztes bröseln der Kitt der gemeinsamen Aufgaben (Kinder, gemeinsames Geschäft,).

5. Killerfaktoren für jede Ehe und Partnerschaft:

- Schuldzuweisungen und Anklagen
- Abwehr, Selbstrechtfertigung und Verleugnung eigener Fehler
- Verachtung und Geringschätzung des Partners
- Mauern, Kommunikationsverweigerung und Rückzug
- Überflutung durch Negativität des Partners.

Der Neigung der Männer zum Mauern entspricht die Neigung der Frauen zur Kritik an ihren Männern.

6. Trennungsgründe:

Wir haben uns auseinander gelebt
Wir waren zu unterschiedlich
Ungleiches Maß von Geben und Nehmen
Ungleiche Bedürfnisse nach Nähe und Freiraum
Wir konnten nicht miteinander reden
Einer von uns ist fremd gegangen
Unsere Sexualität ist eingeschlafen
Keine gemeinsamen Ziele

7. Eine Grundbedingung für ein gutes Zusammenleben: Liebe

und da es gut tut sich mit der Liebe zu beschäftigen, und damit Sie nicht nur zuhören müssen, machen wir eine **Übung:**

Jeder schreibt vier Eigenschaften auf, warum er sich damals in seinen jetzigen (oder letzten) Partner verliebt hat
(und schon hat jeder ein Lächeln auf dem Gesicht)

Zitate:

Erik Blumenthal:

*Liebe meint den anderen. Lieben ist wichtiger als Geliebt werden.
Liebe ist die Grundbedingung der Möglichkeit des Zusammenlebens.*

Rudolf Dreikurs:

Die Liebe haben wir nicht genügend gelernt. Sie muss wie Gehen und Sprechen gelernt werden. Sie ist „das Mittel des größten Beitrags für einen anderen, die Hergabe von allem, was man hat und ist, der aufrichtigste Ausdruck der Sehnsucht dazuzugehören“.

„Vertrauen und Achtung sind die beiden unzertrennlichen Grundpfeiler der Liebe, ohne welche sie nicht bestehen kann.“ (Kleist).

„Die Liebe ist eine Kraft, welche das giftigste Unkraut im Herzen der Menschheit tötet“ (Gotthelf)

So wenig wir das vielleicht im Moment verstehen, Liebe ist nicht nur ein Gefühl, sondern auch eine Entscheidung. Wir sind nicht passiv, wenn wir uns verlieben. Auch wenn wir gerne die Verantwortung abgeben: „Ich konnte nichts dafür!“, unbewusst haben WIR diese Entscheidung getroffen. Der Mensch ist ein sich selbst bestimmendes Wesen. Liebe ist eine Aufgabe. Liebe ist zweckbedingt.

Ist es dann also möglich, dass wir selber bestimmen, ob, wann und für wie lange wir lieben? -Ja-

Liebe ist eine der drei Lebensaufgaben: dazu Arbeit und Gemeinschaft. Jeder einzelne Mensch muss einen Weg finden, diese drei Lebensaufgaben zu meistern.

Ein Gegenteil von Liebe ist Angst. Angst ist tatsächlich ein schlechter Motivator. Angst zeigt, dass wir zu wenig an uns und unsere Fähigkeiten glauben, dass wir zu wenig Vertrauen in uns und die Zukunft haben. Und leider bewirkt Angst das, wovor wir Angst haben.

Es benötigt in unserer heutigen Zeit tatsächlich Mut, um sich zur Partnerschaft und Familie als sinnstiftende Institution zu bekennen. Wir haben immer weniger positive Vorbilder, weniger ermutigende Statistiken und weniger ermutigende Realität.

Aber: wie wir gehört haben, wir sind nicht Opfer, sondern wir können gute Entscheidungen treffen. Dann sollten wir das auch tun!

8. Was können wir tun?

Manchmal verhalten wir uns wie Dornröschen: (Sie kennen alle das Märchen?)

Nach vielen Jahren des Schlafes wacht Dornröschen auf, aber es steht niemand da, der sie retten will. So schläft sie wieder ein. Jahre vergehen und sie wacht wieder auf. Sie schaut nach links, nach rechts, nach oben, aber wiederum ist niemand da, weder ein Prinz noch ein Mann mit einer Heckenschere ausgerüstet. Frustriert schläft sie weiter. Schließlich wacht sie zum dritten Mal auf. Sie öffnet ihre schönen Augen und sieht

wiederum niemanden. Da sagt sie zu sich selbst: „Jetzt reicht es mir!“ Sie steht auf, nimmt ihr Leben in die Hand und ist erlöst.

Was kann ich tun?

Der erste Schritt, die erste Bedingung, für jede Besserung heißt, **die Situation zu akzeptieren**, wenn sie auch noch so unschön ist; es ist sinnlos, sie anders zu wünschen. Davonzulaufen macht sich nie bezahlt; kein Problem wird auf diese Weise gelöst. „Was kann ich tun, um die Lage zu verbessern?“. (Sie haben in der Übung vorhin erfahren, dass sie ihre Gedanken in die positive Richtung bringen können und haben bemerkt, dass dann auch Ihre Gefühle positiv werden. Das ist der Anfang).

Dreikurs sagt: „Besserung ist nur dann möglich, wenn wir erkennen, dass wir mit uns selbst anfangen müssen - und wenn wir das zugeben. Zu viele Menschen versuchen, den Partner zu erziehen und zu ändern. Wie viele gehen eine Ehe ein mit der Idee, den anderen zu ändern! Wenn wir zusammenleben, beeinflussen und ändern wir einander - aber nicht dadurch, dass wir auf der Wandlung des Partners bestehen. Nur durch unser eigenes Betragen können wir auf die, mit denen wir zusammen leben, einwirken.“ (in: Die Ehe eine Herausforderung)

Und weiter: „Zu viele vergessen, sobald sie verheiratet sind, ihre Fähigkeit, zu bezaubern und zu verführen. Sie glauben, dass die Heiratsurkunde ihnen ein Recht auf Befriedigung garantiert. Und wenn ihre Erwartungen sich nicht verwirklichen, dann verlangen sie mehr, anstatt zu versuchen, den andern wieder zu erobern.“

Adler empfiehlt:

1. „Schau nicht zu deinem Partner empor und schau nicht auf ihn herab. Geh auf die Liebe als ein Gleichwertiger ein.
2. Erwarte keine unmögliche Vollkommenheit von anderen, zu der du selbst unfähig bist: liebe eine Frau, nicht einen Engel; einen Mann, nicht ein Phantom oder Ideal.
3. Betrachtet Euch nicht als einen oder als zwei, sondern als eine Zweisamkeit.
4. In der Liebe nimm nicht, ohne zu geben und gib nicht, ohne zu nehmen.
5. Such dir keinen Partner aus, der dich nicht physisch anzieht, aber mache dein Schicksal nicht abhängig von jemand, der dich nur auf der körperlichen Ebene anzieht.
6. Kooperier mit deinem Partner auf jeder Ebene - sozial, ökonomisch, intellektuell, geistig, emotional und biologisch.

Was kann ein Paar noch tun?

- **Miteinander sprechen**

Das wichtigste Mittel zur Herstellung der Einheit von Mann und Frau ist das Gespräch

„Was ist herrlicher als Gold? Das Licht.

Was ist erquickender als Licht? Das Gespräch.“ Goethe

Hätte das Ehepaar, von dem die nachfolgende Geschichte handelt, das Gespräch eingesetzt, hätten sie sich viel erspart:

Geschichte: Goldene Hochzeit

„Ein älteres Ehepaar feierte nach langen Ehejahren das Fest der Goldenen Hochzeit.

Beim gemeinsamen Frühstück dachte die Frau: „Seit fünfzig Jahren habe ich immer auf meinen Mann Rücksicht genommen und ihm das knusprige Oberteil des Brötchens gegeben. Heute will ich mir endlich einmal selbst diese Delikatesse gönnen.“ Sie schmierte sich das Oberteil des Brötchens und gab das andere Teil ihrem Mann. Entgegen ihrer Erwartung war dieser hocherfreut, küsste ihre Hand und sagte: „Mein Liebling, du bereitest mir die größte Freude des Tage. Über fünfzig Jahre habe ich das Brötchen-Unterteil nicht mehr gegessen, das ich vom Brötchen am allerliebsten mag. Ich dachte mir immer, du sollst es haben, weil es dir so gut schmeckt.“

Was brauchen wir zu einem guten Gespräch

1. ein Termin, der beiden passt
2. Zeit
3. geeigneter Raum
4. gute Stimmung/ Atmosphäre
5. Sachlichkeit

ausserdem:

- dem Partner vermitteln, du darfst jederzeit zu mir kommen, wenn du einen Kummer hast, mit dem du nicht allein fertig wirst.
- kein Gespräch erzwingen, solange negative Gefühle existieren.
- Nie mit dem Problem des Partners zu diesem kommen, sondern nur mit dem eigenen.
- Wenn im Gespräch der Partner ärgerlich wird, dann unbedingt das Gespräch abbrechen.

Übungen für die Partner:

* Fragen an den Partner: Was beschäftigt dich, was ist dir wichtig?

* Sich mitteilen ohne es vom anderen zu erwarten.

* Wachstumsbücher: reinschreiben:

3-5 Dinge, was ist beglückend in der Beziehung?

3-5 Dinge, die an der Beziehung verbesserungswürdig sind

- 2 Dinge, die jeder bereit ist zur Verbesserung beizutragen, unabhängig davon, was der Partner zu tun bereit ist
- **Positive Einstellungen von vorne herein** - Das Gute erwarten
- **Augen positiv machen.** Es gibt nichts auf der Welt, dem ich nicht eine positive Seite abgewinnen kann, wenn ich will. Ich werde gerechter, optimistischer. Kann Situationen sachlicher beurteilen. Mehr Gemeinschaftsgefühl, dadurch mutiger. Mehr agieren, dadurch mich selber bestimmen und nicht von anderen und anderem bestimmen lassen.
- **Voneinander lernen zu dürfen!** - Einstellung, Partner ist die größte Entwicklungschance für mich
- Jeder kann sich in einem viel größeren Ausmaß, als wir im allgemeinen meinen, **dem anderen anpassen.** Und Anpassen heißt Übereinstimmen trotz verschiedener Meinung.
Bsp:
-

- Das Zusammensein mit dem Partner wird als Muss angesehen, und nicht als das, was es auch noch bei einem Paar, das vielleicht schon seit Jahrzehnten verheiratet ist, sein kann, nämlich das wunderbare „Darf“.
- **Schwierigkeiten willkommen heißen.** Aber die Vorstellung des Schwierigseins kann unsere Tatkraft lähmen. Dann machen wir aus einem Berg ein Gebirge. Ja, das Leben ist schwierig, sich aber dann in einzelnen Situationen nicht mehr daran zu erinnern. Sie sind ein Mittel unseren Geist zu reinigen und unseren Charakter zu stärken.

Abdu'l-Bahá sagt: *„Wir sollen jedes Hindernis, das uns zu Fall bringen will, in ein Sprungbrett zum Fortschritt verwandeln.“*

- **Tun, statt „versuchen“.**
- *Ich höre - und ich vergesse. Ich sehe - und ich merke es mir. Ich tue - und ich verstehe.* (Chinesisches Sprichwort)
- **Kritisieren und mauern aufhören.** Dann muss sich der andere nicht unterlegen fühlen.
- **Ermutigen**
Setze ich Ermutigung aus der Beziehung eines Menschen weg, ist in kurzer Zeit auch die Zugehörigkeit weg. Fühle ich mich nicht mehr zugehörig, trage ich auch nicht mehr bei. *Ermutigung ist aber das Öl im Getriebe einer Gesellschaft* (Adler).
→ Wie können wir ermutigen?
Bsp.: Verbal, nonverbal, im sozialen Dreieck
- **Sich gegenseitig achten.**
- **Den anderen immer wieder besser kennenzulernen**

'Abdu'l-Bahá sagt uns über die Ehe:

„Ehe bedeutet, die Bindung zweier Partner aneinander und ihre gegenseitige Zuneigung im Denken und Fühlen. Sie müssen sich jedoch mit größter Sorgfalt bemühen, mit der Wesensart des anderen gründlich vertraut zu werden,...“

'Abdu'l-Bahá

- **Verständnis für den Partner, aber auch für sich.**

Die Individualpsychologie ermutigt uns, **den anderen immer besser zu verstehen**, da sie nach den Zielen des Einzelnen schaut, auf die Meinung die jemand hat und lösungsorientiert ist. Was kann ich tun? Wie kann ich mich und meinen Partner ermutigen? Wird die Schuld beim Partner gesucht, ist die Partnerschaft zum Scheitern verurteilt. Besser ist es nach dem eigenen Anteil zu schauen und allein durch meine positive Einstellung kann ich schon eine Verbesserung in die Beziehung bringen.

→ durch Gespräch

„Das Verständnis unserer selbst und unseres Partners, die Einsicht in die betreffenden Aspekte der menschlichen Natur werden sich wahrscheinlich als die wirkungsvollste Hilfe erweisen, die ein Mensch bei seiner schwierigen Aufgabe, Leben und Ehe zu

meistern, finden kann.“

„Unsere Haltung bestimmt die Bedeutung der Tatsachen. Tatsachen an und für sich, das Leben an und für sich, sind weder gut noch böse - weder angenehm noch unangenehm. Was wir daraus machen, darauf kommt es an. ...“ Rudolf Dreikurs

- **Verzeihen**

Was gibt es im Laufe einer Ehe und Partnerschaft nicht alles zu verzeihen!

Beispiele aus dem Publikum:

(Unpünktlichkeit, Unzuverlässigkeit, Unordentlichkeit, nachts, der Schlag ins Gesicht, wenn der Partner sich umdreht, unbedachte Worte, etwas geht kaputt, eine

Aussenbeziehung)

Es gibt Partner, die rächen sich beim anderen auch mit einer Aussenbeziehung. In meiner Praxis habe ich noch kein Paar erlebt, denen das geholfen hat. Dahinter stehen unerfüllte, aber evtl. auch falsche Bedürfnisse, die aus einem mangelndem Selbstwertgefühl resultieren.

9. Indizien dafür, dass ein Paar wirklich glücklich miteinander ist?

Es gibt natürlich für alles Statistiken. Nehmen wir diese, um uns bewusster zu machen, was vielleicht in unserer Beziehung zu kurz kommt und dann können wir in Zukunft uns bemühen, diesen Mangel zu verbessern.

(Die Zahlen sind nicht wirklich so wichtig, deshalb habe ich sie weggelassen:)

Akzeptieren den Partner so wie er ist

Lachen viel miteinander

Reden viel miteinander

Verstehen sich auch ohne Worte

Können auch mal ohne den anderen, lassen einander eigene Hobbies und Zeit für sich

Berühren sich häufig/zeigen auch in der Öffentlichkeit, dass sie zusammengehören

Unternehmen vieles/ alles gemeinsam

Würden niemals mit jemand anderem flirten

Lassen die Romantik nie dem Alltag weichen

.....

10. Und zum Abschluss:

Folgender Auszug aus einem Brief von Alfred Adler an seine Tochter Valentine zu ihrer Hochzeit spricht für sich und könnte für uns alle eine Richtlinie sein:

Liebe Vali, lieber Georgey,

ich sende Euch meine liebevollsten Grüße und nehme Euch in die Arme und gratuliere Euch von Herzen! Meine Gedanken sind immer bei Euch. Vergesst nicht, dass die Ehe eine Aufgabe ist, an der Ihr beide mit Freude arbeiten müsst. Denkt daran, dass die monogame Form des Lebens die feinste Blume der sexuellen Kultur bedeutet. Ich bitte Euch, seid fest entschlossen, mehr an den Anderen zu denken als an Euch selbst und versucht immer so zu leben, dass Ihr das Leben des Anderen einfacher und schöner macht. Erlaubt einander nicht, dass Ihr Euch einander unterwerft. Keiner kann diese Haltung aushalten. Erlaubt niemandem, auf die Gestaltung Eurer ehelichen Beziehung Einfluss zu gewinnen. Schließt nur Freundschaft mit Leuten, die eine echte Zuneigung zu Euch beiden haben....

Viele Küsse und Grüße, Papa