

Claudia Hagge

Wir
küssen
nicht mehr
jeden

Der Weg zu Mr. Right mit 50+



J.P. BACHEM EDITIONEN

Claudia Hagge

Wir
küssen
nicht mehr
jeden



Der Weg zu Mr. Right mit 50+

J.P. BACHEM EDITIONEN

„Wir nehmen nicht mehr jeden – und schon gar nicht zu jedem Preis. Wir sagen so lange NEIN, bis der Richtige kommt.“





Claudia Hagge

Wir küssen nicht mehr jeden

Der Weg zu Mr. Right mit 50+

J.P. BACHEM EDITIONEN

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über **<http://portal.dnb.de>** abrufbar.

1. Auflage 2019

© J. P. Bachem Editionen, Köln 2019

Lektorat: Cornelia Rüping

Layout und Satz: Jeanette Frieberg, Buchgestaltung | Mediendesign, Leipzig

Grafiken Innenteil: iStock.com/TPopova (Kapitelziffern),

iStock.com/Sasha Brazhnik (Lippenstift),

iStock.com/Reinkefox (High Heel)

Druck und Bindung: Livonia Print, Littauen

ISBN 978-3-404-61708-1 Buchausgabe

ISBN 978-3-7325-8946-3 E-Book

Aktuelle Programminformationen finden Sie unter www.bachem.de/verlag

Inhaltsverzeichnis

Hello, Mr. Right!

Der Weg zu Mr. Right führt nur über uns selbst

Sind wir wirklich durch mit ihm?

Wir wollen nicht auf die Pirsch gehen müssen

1 Eine neue Liebe - aber ist jetzt überhaupt die Zeit dafür?

Mr. Right, wir haben dich auf dem Zettel

Kann Mr. Right überhaupt ein Thema für uns sein?

Neue Einsichten führen uns zu Mr. Right

2 Ich will - aber ich muss nicht

Schön cool bleiben, Ladys!

Wir nehmen nicht mehr jeden

Warum wir jetzt häufiger NEIN sagen

So sieht es Birgit Schrowange

3 Ready for Mr. Right

Hätte er JETZT überhaupt eine Chance bei uns?

WIR entscheiden, WANN wir bereit sind!

Eine große Hürde sind leider auch wir selbst

Ladys 50+ FIRST

4 Nur Mrs. Right trifft Mr. Right

Wer bin ICH?

Tschüss, Hascherl!
Mrs. Right ist happy
Bleiben oder GEHEN?
Ich bin dann mal verliebt ...

5 Muss ich eine Beauty-Queen sein?

Sweet Girl 50+
Schönheit macht Liebe
Ich bin ein GOLDFISCH!
Beauty-Booster 50+
So sieht es Deutschlands berühmtester Schönheitschirurg
Professor Dr. Werner Mang

6 Fishing for Mr. Right

Wir ziehen NEUE SAITEN auf!
Wir sind jetzt WIR
Mr. Right, WIR zeigen es DIR
So sieht es der Diplom-Psychologe Dr. Wolfgang Krüger

7 Wie wir Mr. Right garantiert in die Flucht schlagen

Smart love 50+
Dos and Don'ts in der Liebe 50+
Comeback der Liebe 50+

8 Wer ist ein Mr. Right?

Um Himmels willen – DER doch nicht!
Traummann-Träume
Mr. Right ist der Mann, mit dem es uns nur noch gut geht
Was jetzt NICHT MEHR geht
Was wir ERWARTEN dürfen – und was NICHT
Ist ER ein Mr. Right?
So sieht es Professorin Dr. Pasqualina Perrig-Chiello

9 Ist er auch ein Mr. Right im Bett?

Wie wichtig ist Sex JETZT?

Was Sex mit uns MACHT

Ist er nun RIGHT oder eher doch NICHT?

Streng dich an, Burschi

Sind auch WIR *right* beim Sex?

Was Sex WIRKLICH ist

So sieht es Professorin Dr. Beate Schultz-Zehden

10 Mr. Right, wo steckt du?

Looking for Mr. Right

Nicht suchen, FINDEN!

Liegt das Glück im Internet?

11 Prominente Ladys und ihre neue Liebe 50+

So sieht es Schauspielerin Michaela May

Hello, Mr. Right!

Die Männer und WIR. Das ist eine unendliche Geschichte. Sich verlieben. In einem Traum verlieren. Wieder aufwachen. Den Herzblitz verwerfen. Oder eine Sehnsucht zulassen und ihr Raum geben. Alles ist möglich – jeden Tag, jede Stunde, jede Sekunde. Auch jetzt mit 50 und mehr Jahren. Es hört nie auf, dass wir uns für einen Mann als Mann interessieren. Die Liebe bleibt ewiges Thema. Nur bekommt sie mit den Jahren eine andere Dimension.

Mit 50+ kommt alles auf den Prüfstand. Die Frage aller Fragen heißt nun: Soll alles so bleiben wie bisher, oder wollen wir noch einmal ein neues Glück wagen? Sind wir so mutig, zetteln wir eine Revolution in unserem Leben an. Aber wäre das schlimm, wenn wir dadurch wahre Erfüllung mit dem richtigen Partner finden? Nun, wir Ladys 50+ sind tough genug, das durchzuziehen. Wir haben uns ja schon in unserer Jugend neu erfunden. Egal, was kam – Mode, Musik, Make-up –, wir stellten alles auf den Kopf. Und was machen wir heute?

Wir schauen mit Neugier auf das, was kommen mag. Und wir leben eine Philosophie, die so schlicht wie wahr und beglückend ist: Es ist nie zu spät, neu anzufangen. Deshalb ist es auch nie zu spät, sich für eine neue Liebe zu entscheiden. Vor allem ist es nicht zu spät, für ein erwachsenes Glück so manches anders zu machen als in allen Beziehungen davor.

Dieses Buch soll Sie, liebe Leserin, nicht anleiten, wie Sie wo den richtigen Mann aufturn. Nein, das nicht. Vielmehr möchte ich Sie dazu ermuntern, Ihrer Energie 50+ zu

vertrauen. Verlassen Sie sich auf sich selbst - und Sie machen alles richtig. Auch in der Liebe.

Viel Glück auf dem Weg zu Mr. Right!
Ihre Claudia Hagge

Der Weg zu Mr. Right führt nur über uns selbst

Jetzt ein Mr. Right? Jetzt mit 50+? Aber ist das nicht eine Frage für ganz junge Hühner? Wer ein »Mr. Right« ist, war doch DER Klassiker unter den Storys, die wir vor 30, 40 Jahren in allen Frauenzeitschriften rauf und wieder runter gelesen haben. Mit diesen lustigen Selbsttests, die uns die Augen öffnen sollten, welcher Typ Mann denn nun für uns der wahre Glücksbringer sei.

Ganz ernst mochten wir dieses Psycho-Frage-Antwort-Spiel schon damals nicht nehmen. Trotzdem setzten wir unermüdlich Kreuzchen, zählten Punkte und ... Simalabim: Eines der beschriebenen Männer-Temperamente war - je nach erreichten Points - DER passende Typ Mann für ein ganzes Leben.

Natürlich war unser persönliches Ergebnis nicht der Maßstab für unsere spätere Männerwahl. Aber die grundsätzliche Richtung, in die es in der Liebe gehen konnte, hatte ein Bild. Und es blieb auch etwas davon hängen. Nur was tatsächlich an Beziehungen dabei herauskam, war, vorsichtig formuliert, nicht wirklich für immer passend. Das haben wir bei unseren Freundinnen erlebt und im schlimmsten Fall auch selbst erfahren.

Die vorgestellten Männer-Kategorien - meistens waren es drei und immer nach demselben Schema - konnten in der Realität alles und nichts bedeuten. Schließlich lässt sich jeder Charakter in jedem Typus wiederfinden. Und so konnte die Antwort auf die Frage nach Mr. Right im wahren Leben

ebenso gut in einem Fiasko enden. Erwartungen und Irrtum in der Liebe waren damit quasi vorprogrammiert.

Wie sollte zum Beispiel der »häusliche Typ« sein, den Partnerschaftspsychologen für ihre Tests erdacht hatten? Nun, bis auf eine sehr allgemeine Schilderung überließ man dies getrost unserer Fantasie. Wir wünschten uns einen, der sexy ist und trotzdem treu. Einen Partner *in crime*, der es ernst meint und mit dem man trotzdem viel Spaß haben kann.

Aber »häuslich« ging leider auch anders. Zum Beispiel dann, wenn ER sich als langweiliger Stubentiger entpuppte, der zwar Steckdosen reparieren und die Dachpfannen auswechseln konnte. Aber im Taxi nach Paris? Nur für eine Nacht? Das sprengte bei so manchen Haus-Typen schon die Vorstellungskraft. Schwer enttäuscht wurden Frauen, wenn ihr »Heimtier« nur noch in der Garage vor sich hin werkelte oder in den Keller zu Spielzeugeisenbahn und Modellbaukasten abtauchte.

Und hätten wir damals glauben wollen, dass uns ausgerechnet der »romantische Typ« richtig auf den Zeiger gehen kann? Als romantisch fiel (als wir jung waren!) ja meist der verträumte Ökofreak auf, der gern zuckerfreie Marmelade einkochte, sich als Hausmann gefiel, schon mittags die Kerzen anzündete und am liebsten die Babys selbst gestillt hätte. Bei jedem Kuss kratzte sein Norwegerpullover aus Schafswolle. Und seine Ökosandalen waren auch nicht gerade schick.

Wer sich an den »Macher«, das Alphetier verlor – den dritten Typus im Bunde –, konnte emotional neben einem selbstverliebten Karriere-Junkie erfrieren. Ein Ego-Fritze, der auch zuhause als Mister Wichtig auftrumpfte. Natürlich schob er Termine vor, wenn die Kids krank waren und wir ihnen die Fieberwickel allein anlegen mussten. Ganz zu schweigen von den Demütigungen, wenn das

Alphamännchen jeder Praktikantin hinterhertelefonieren musste ...

Was sollten wir auf Dauer mit solchen Typen nur anfangen? Nicht in unseren kühnsten Träumen hätten wir uns solche Partner ausmalen können, als wir die Mr.-Right-Seiten von »Bravo« bis »Brigitte« verschlangen. Es waren flirrige Zeiten, als in der Liebe alles auf Start stand, wir aber gar nicht wussten, wie das Schicksal spielen kann.

Unser Einsatz stand auch in überhaupt keinem Verhältnis zum Ergebnis, gemessen an der Energie, die uns die Suche nach Mr. Right gekostet hat. Stunden über Stunden bei vielen Gläschen Wein hockten wir bei unseren besten Freundinnen und immer kreiste alles um dieselben Fragen: Warum ruft ER nicht an? Was ist an seiner Neuen so toll? Wie kann MANN nur so bescheuert sein und UNS verlassen? Alles drehte sich darum, wo Mr. Right gerade ist, wie wir ihn finden oder wieder zurückgewinnen - und wie wir ihn für immer einfangen.

Sind wir wirklich durch mit ihm?

Soll sich das JETZT alles wiederholen? Nein. Ausgeschlossen. Nie wieder. Dieses Gezeter um einen Kerl liegt nun wirklich sehr lange hinter uns. Dazu haben wir alle zu viel erlebt - und wir haben sehr unterschiedliche Erfahrungen gemacht: Manche von uns wurden in ihren Beziehungen sehr glücklich oder halb glücklich und manchmal auch überhaupt nicht happy. Wir heirateten und entheirateten uns. Bekamen Kinder oder keine. Wurden Großmutter oder auch nicht. Blieben Single bis heute oder sind die vierte Ehe eingegangen, die nun endlich zündet oder wieder einmal nicht ...

Jede Frau blickt auf ihre eigene Liebesbilanz. Jede weiß für sich, was IHRE Wahrheit in Sachen Liebe ist. Und jede kann heute ihre ganz eigene Antwort auf die Frage finden, WER

jetzt ihr Mr. Right sein kann - und ob sie überhaupt noch Lust hat auf das schöne, große Abenteuer »Mann«.

Für nicht wenige scheint das Thema Partnerschaft abgehakt - glaubt man ihren schnell dahingeworfenen Worten wie »Damit bin ich durch« oder »Mir kommt kein Mann mehr ins Haus!«. Aber wie ernst müssen wir diese abwehrende Haltung nehmen? Mal ehrlich: Sind das nicht auch Behauptungen, die uns vor möglichen Enttäuschungen schützen sollen? Frei nach dem Motto: »Lieber alles dichtmachen, als noch einmal Herz und Tür dem Falschen öffnen«?

Dieses Buch will niemanden bekehren und aus einem selbst gewählten Rückzug locken. Es ist ein Angebot, die Sache mit Mr. Right noch einmal zu überdenken und neu anzugehen. Soll das denn wirklich alles gewesen sein? Nie wieder Liebesfieber? Nie wieder Zärtlichkeit? Nie wieder Sex? Nie wieder WIR, kein du und ich? Im Prinzip ist doch alles da: ein sinnliches Gefühl, die Sehnsucht nach starken Armen, die Lust, neu zu beginnen, und der Traum davon, dass sich für uns noch einmal die ganze Erde dreht.

Ich sage: Die schönste Liebe leben wir JETZT, weil wir heute viel mehr über UNS SELBST wissen.

Ja, alles ist möglich, gleichgültig, wo wir persönlich gerade stehen. Zum x-ten Mal geschieden, unglücklich gefangen in einer langen, trüben Ehe, seit Jahren solo unterwegs oder gerade besonders traurig, weil uns der Lebensmensch verlassen hat oder bereits seit Langem verstorben ist. Wenn da nur nicht dieses eine große Rätsel wäre: Wie finden wir Mr. Right? Woran liegt es, dass es nicht so einfach ist, jetzt, in unseren besten Jahren, noch einmal ein neues, großes Glück zu leben? Wir hören die Bedenken und Einwürfe von allen Seiten, dass ja nun der Markt an akzeptablen Männern mit 50+ recht übersichtlich sei. Nicht wirklich befriedigend beantwortet ist auch die Frage, wie weit uns eigentlich

Kontaktbörsen im Internet bringen oder die vielen Partnervermittlungen und Heiratsanzeigen in Zeitschriften.

Wir wollen die vielen Möglichkeiten, einen Mann für den Rest des Lebens auszumachen, hier nicht schlechtreden. Aber Hand aufs Herz: Wir Frauen mit 50, 60, 70 und mehr Jahren – wir müssen uns doch nicht anbieten wollen. Warum tun wir uns diesen Stress an, gar Persönlichkeitsprofile mit unseren Vorzügen und Vorlieben in ein Portal zu stellen? Uns dabei mühen, besonders witzig und originell zu sein, um ein Phantom zu faszinieren. Ja, viele sind so fleißig und manche sind auch erfolgreich damit – aber ist das allein der Weg zum Glück?

Wir wollen nicht auf die Pirsch gehen müssen

Ich meine: Der Weg zu Mr. Right führt nicht über einen Makler, sondern über unser ganz eigenes Navigationssystem. Und dabei gehen wir nicht einfach auf die Pirsch, um irgendwo irgendeinen Mann aufzutun. Auf dem Weg zu DEM Richtigen fangen wir erst einmal bei uns selbst an. Wir halten nicht nervös Ausschau, wo ER denn sein könnte. Wir richten den Blick zuerst auf uns selbst und schauen: WER SIND WIR JETZT?


Und was wir Frauen mit 50, 60, 70 Jahren heute sind – das kann sich nun wirklich sehen lassen!

Nie waren Frauen in dieser Lebensphase schöner, freier und selbstbestimmter als heute. Nie waren wir so ehrlich wie heute, unsere Wünsche zu formulieren und sie auch durchzusetzen. Wie bedeutsam das JETZT für eine neue Liebe sein kann, ist wahrscheinlich weder den Männern noch uns Frauen bewusst. Wir wissen, was wir wollen – und was wir nicht mehr wollen.

Mit 50+ sind wir eine andere Person. Wir haben die Power, uns vollkommen neu aufzustellen. Wir haben unsere Pläne. Wir haben ganz neue Ansprüche. Liebe leben wir

heute nach anderen Regeln. Für ein neues Glück wollen wir uns nicht kleinmachen müssen, nur weil vielleicht die Auswahl an männlichen Wesen begrenzt geworden ist. Wenn eine Partnerschaft, dann bitte eine, in der die Balance stimmt. Unsere kostbare Zeit mit Mr. Wrong verplempern? *Never ever.*

Noch nie gab es die Garantie dafür, dass der Richtige wie durch Zauberhand in unser Leben fliegt. Aber heute haben wir ein gut funktionierendes Frühwarnsystem, wenn es um einen potenziellen Partner geht. Wir müssen es nur einschalten. Und dann wissen wir sehr genau, ob tatsächlich ein Mr. Right vor uns steht. Ebenso spüren wir heute sehr schnell, dass wir besser die Reißleine ziehen, wenn ER nicht hält, was der erste Eindruck verspricht.

 Die Frage ist nicht, ob und auf welche Weise wir Mr. Right irgendwo treffen, sondern vielmehr, mit welcher Haltung wir einem Mann begegnen wollen. Ob es noch einmal einen Mr. Right für uns geben wird, liegt zunächst ganz allein bei UNS SELBST.



Kein Kreuzchen-Test schenkt uns einen Mr. Right. Keine Suchanzeige im Internet serviert immer den Richtigen. Liebe mit 50+ geht anders und in Wahrheit viel schöner - weil wir so viel mehr erlebt, erfahren und gelernt haben. Und damit so viel mehr über uns selbst wissen.

Auf der Reise zu Mr. Right machen wir uns jetzt klar: Wer bin ich - Wer bin ich nicht (mehr)? Was will ich - Was will ich nicht (mehr)? Wie will ich leben - Wie will ich nicht (mehr) leben? Wer kommt als Mann infrage - Welcher Typ Mann kommt mir nicht (mehr) ins Haus? Wer uns jetzt erobern darf, muss ein wahrer Prachtkerl sein. Wir mögen keine

Spielchen mehr. Wir wollen ja nicht wieder dort stehen, wo wir am Anfang schon einmal waren.

Liebe Ladys 50+, die Sache mit Mr. Right kann etwas werden, wenn ... ja, wenn wir es nur ein bisschen anders angehen als einst.

1

Eine neue Liebe – aber ist jetzt überhaupt die Zeit dafür?

Viele Frösche küssen, bis ein Mr. Right kommt? Das ist *long time ago*. Heute machen wir so etwas nicht mehr. Mr. Right ist ja auch keiner, dem wir uns wie ein Teenager kopflos in die Arme stürzen. Nein, auf den Richtigen mit 50+ sind wir vorbereitet! Mr. Right ist nämlich der Mann, nach dem wir uns schon lange sehnen – und dem wir uns gedanklich schon lange nähern. Aber wer ist so ehrlich und gibt das freiwillig zu? Sogar vor uns selbst verdrängen wir oft diesen Impuls. Lieber wursteln wir weiter als Single-Wesen vor uns hin und schlagen uns tapfer solo durchs Leben. Oder wir verharren im Dickicht einer langen, festen Beziehung aus Gewohnheit und Enttäuschung, Vertrautheit und Sich-nicht-verstanden-Fühlen, erstickender Einsamkeit und Liebesersatzstrategien. Aber auf die Art, liebe Ladys, wird es nichts mehr mit Mr. Right! Zumindest nicht in diesem Leben.

Also, wollen Sie jetzt einen Mr. Right? Oder lieber doch nicht, weil es ja schiefgehen könnte? Oder weil es gerade nicht passt? Oder weil Sie den Traum von der großen Liebe längst begraben haben? Um einem Mr. Right an unserer Seite überhaupt eine Chance zu geben, sollten wir uns bewusst machen, was wir eigentlich wollen. Das klingt selbstverständlich, ist es aber nicht. Die meisten von uns schieben die Vorstellung von einer richtig guten Partnerschaft dann doch wieder weg – frei nach dem Motto:

»Alles kommt, wie es kommen soll, und bis dahin lassen wir alles so laufen.«

Mr. Right, wir haben dich auf dem Zettel

Warum tun wir das? Ist es die späte Gelassenheit, die man uns nachsagt, die aber die wenigsten von uns tatsächlich empfinden? Oder gehen wir zu gleichgültig mit unseren Träumen und heimlichen Wünschen um? Ich finde: Unsere Gefühle verdienen Respekt, und zwar in erster Linie von uns selbst. Wenn wir sie verdrängen, sie einfach nicht beachten, sind wir nicht gut zu uns selbst. Gönnen wir uns also ruhig mehr Ehrlichkeit und lassen die Sehnsucht nach Mr. Right einfach mal zu. Es kann doch nicht schaden, Mr. Right – Alltagstrott hin, Bequemlichkeit und Vorsicht her – zumindest schon mal auf dem Zettel zu haben. Denn theoretisch kann er jede Sekunde urplötzlich irgendwo vor uns stehen. Und diese Chance, ihn dann willkommen zu heißen und in unser Leben zu lassen, will doch niemand verpassen.

Was aber heißt »auf dem Zettel haben«? Nun, wir sollten gewappnet sein für einen potenziellen Mr. Right. Voraussetzung dafür ist zu wissen, was mit uns los ist. Schauen wir auf unsere Liebessituation, gibt es oft eine äußere Wahrheit – und eine innere. Nach außen mögen wir zeigen, dass alles okay ist in unserem Singledasein oder unserer Beziehung oder Ehe. Aber tief in uns sieht es vielleicht ganz anders aus, etwa dann, wenn wir uns dabei ertappen, dass etwas nicht stimmt, einfach weil der richtige Mensch an unserer Seite fehlt. Aber sich das einzugestehen, es gar auszusprechen, nein, soweit wollen viele dann doch nicht gehen. Sehr viel häufiger hören wir – meistens in fröhlicher Runde unter Freundinnen – das immer Gleiche: »Ein neuer Mann? Das hat mir gerade noch gefehlt!« Doch diese Worte sind meist nur Schall und Rauch. Sie verraten

eben nur, dass die schlechten Erfahrungen der Vergangenheit noch viel zu viel Platz in unserem Leben haben.

Allerdings kommen fast alle irgendwann an den Punkt, an dem sie feststellen: Liebe ist das stärkste und ausdauerndste Verlangen, das wir haben. Liebe ist der Sinn des Lebens. Und um dies zu erkennen, spielt es absolut keine Rolle, wie alt wir gerade sind.

Ich wette, dass sich sehr viele Frauen 50+ innerlich schon einmal vorgewagt und selbst gefragt haben: Was wäre, wenn ich in der Liebe noch mal ganz von vorn beginnen könnte oder würde oder wollte? Und am Ende diese Vorstellung aber nie auf die Probe gestellt haben. Ich meine: Selbst Gedankenspiele haben es verdient, einmal genauer unter die Lupe genommen zu werden.

Kann Mr. Right überhaupt ein Thema für uns sein?

Ob wir uns ein neues Glück mit einem neuen Mann vorstellen wollen, verrät – gänzlich unverbindlich natürlich – die Selbstdiagnose: Wo stehen wir, jetzt mit 50+, eigentlich mit unseren Gefühlen? Wie echt ist der Wunsch nach Veränderung? Was ist Spiel – und was ist Ernst? Verrät jeder interessierte Blick auf einen fremden Mann, dass wir Mr. Right herbeisehnen?

Keineswegs! Eine prickelnde Begegnung ist natürlich immer willkommen, sagt aber wenig über unseren aktuellen Gefühlsstatus aus. Ein Augenzwinkern für den netten Apotheker von nebenan oder interessierte Blicke im Stau hin zu dem schneidigen Cabrio-Fahrer in der zweiten Reihe – nein, das sind noch keine Signale dafür, dass uns der richtige Mann im Leben fehlt. Außerdem muss irgendeiner, der gerade des Weges kommt, kein Mr. Right sein, bloß weil er auf Teufel komm raus mit uns flirtet. Ein Flirt ist

wunderbar, keine Frage. Und immer eine tolle Bestätigung dafür, dass wir gut »im Rennen« um eine Liebe mit einem potenziellen Mr. Right sein können, wenn wir nur wollen. Aber zunächst einmal ist ein Flirt nur ein willkommener Augenblick, der uns den Alltag schöner macht und uns einfach guttut. Aber schöne Augen zu machen allein reicht nicht, um tatsächlich Mr. Right zu treffen.

Die erste Frage lautet: Wie verbindlich ist meine Sehnsucht? Will ich den Richtigen - oder will ich nur ein bisschen Spaß? Letzteres ist völlig in Ordnung. Dafür müssen wir aber nicht unser ganzes Leben umkrempeln und deshalb brauchen wir uns darum auch keinen Kopf zu machen. Doch wer einen Mr. Right in Erwägung zieht oder ihn möglicherweise vielleicht gerade kennengelernt hat, sollte gut über sich Bescheid wissen. Horchen wir also einfach mal ganz mutig in uns hinein, an welchem Punkt in der Liebe wir HEUTE angekommen sind. Dabei hilft es ungemein, wenn wir darauf hören, was unser Herz UND unser Kopf dazu zu sagen haben. Denn der Weg zu Mr. Right führt zuerst über uns selbst.

Damit sind wir wieder bei unserer äußeren Wahrheit - und unserer inneren Wahrheit. Das eine ist das, was alle anderen von außen sehen können. Wie wir allein oder mit unserem Mann zusammen auf andere wirken und wahrgenommen werden - oder wahrgenommen werden wollen. Doch diese Außenwirkung kann eine Täuschung sein. Anhand des äußeren Eindrucks allein lässt sich nicht beurteilen, was wir wirklich fühlen. Entscheidend ist, was sich der Außenwelt und manchmal sogar uns selbst verschließt. Eine tief verborgene Erkenntnis darüber, was mit uns los ist. Aber genau dieses Wissen brauchen wir, wenn wir uns auf den Weg zu Mr. Right machen.



Stellen wir uns ganz ehrlich einige Fragen, so als säßen wir bei uns selbst auf der Psycho-Couch:

- Träumen wir manchmal von einer neuen großen Liebe?
- Warum denken wir an einen Partner, den es vielleicht noch gar nicht gibt, höchstens in unserer Fantasie?
- Warum schweifen unsere Gedanken so oft ab zu einem Mann, den wir bereits kennengelernt haben, der uns gefällt und an den wir immerzu denken müssen?
- Was fehlt uns eigentlich, jetzt mit 50, 60, 70 und mehr Jahren? Haben wir nicht eigentlich alles schon mehrfach gehabt?



Die Antworten auf diese Fragen können erste Hinweise geben, dass etwas in uns ist, was wir nicht ignorieren sollten. Wir haben jetzt Gelegenheit, der Sache etwas tiefer auf den Grund zu gehen. Ob wir damit gleich dramatische Veränderungen auslösen können oder dies überhaupt wollen, ist an dieser Stelle noch nicht aktuell. Das Ergebnis kann uns jedoch dazu anhalten, mit offenen Augen durch die Welt zu gehen für den Fall, dass tatsächlich ein Mr. Right um die Ecke kommt.

Aber welche Erkenntnisse signalisieren uns, dass eine schöne Beziehung in unserem Leben fehlt und da Platz für einen Mr. Right sein KÖNNTE? Zum Beispiel diese:

- *Ich weiß gar nicht mehr, wie sich eine große Liebe anfühlt.*
- *Ich habe vergessen, wie es ist, einen PARTNER zu haben.*
- *Ich habe da jemanden getroffen, der mir nicht mehr aus dem Kopf geht.*
- *Ich möchte gern wieder spüren, wie es sich anfühlt, wenn aus einem Ich ein Wir wird.*
- *Meine Ehe ist Vergangenheit – aber ich lebe JETZT und würde es gern noch einmal wagen.*