

***Meine
Wünsche***

—

***Deine
Wünsche***

*Wie Sie Ihre Partnerschaft
vor dem Bankrott bewahren*

Dr. Willard F. Harley

www.marriagebuilders.com

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

1. **Wie krisensicher ist Ihre Ehe?**

Seine Bedürfnisse sind andere als ihre

Warum sind aussereheliche Verhältnisse eine so grosse Versuchung?

Eine aussereheliche Liebesbeziehung beginnt gewöhnlich als „reine Freundschaft“

2. **Warum Ihre Liebesbank niemals geschlossen ist**

Jeder besitzt eine Liebesbank

Eine Liebesbank-Liebesgeschichte

Nach den Flitterwochen

Nora erscheint auf der Bildfläche

Was nun?

Wie sieht es aus mit der Verpflichtung?

3. **Sie kommt nicht ohne aus – Zärtlichkeit**

Zärtlichkeit ist die feste Grundlage einer Beziehung

„Aber sie weiss doch, dass ich kein zärtlicher Typ bin...“

Jeder Mann kann lernen, zärtlich zu sein

Manchmal sind wirkungsvollere Massnahmen notwendig

Sex beginnt mit Zärtlichkeit

Fragen für Ihn

Fragen für Sie

Zur gemeinsamen Überlegung

4. **Er kommt nicht ohne aus – Sexuelle Erfüllung**

Warum viele Männer sich um etwas betrogen fühlen

Wo liegt der Unterschied?

Sexuell unvorbereitet eine Ehe eingehen

Wie sexuelle Übereinstimmung zu finden ist

Erregung: Wie alles beginnt

Plateau: Die schönste Phase des Liebesspiels

Der Höhepunkt: Ekstase oder Grund zur Besorgnis?

Spannungsphase: Abendrot oder Untergang?

Sexuelle Probleme lösen

Auf die Bedürfnisse des anderen eingehen

Die Goldene Regel der Ehe

Fragen für Sie

Fragen für Ihn

Zur gemeinsamen Überlegung

Empfohlene Literatur

5. **Sie möchte, dass er sich mit ihr unterhält – Kommunikation**

Warum unterhält sich mein Mann nicht mehr mit mir?

Kommunikation erfordert Zeit

Warum ist Kommunikation so wichtig?

Wie Sie verhindern können, dass Sie sich auseinanderleben

Feinde einer guten Kommunikation

Die Freunde guter Kommunikation

Tips für Gespräche zwischen Mann und Frau

Fragen für Ihn

Fragen für Sie

Zur gemeinsamen Überlegung

6. **Er möchte sie zur „Gespielin“ – Gemeinsame Freizeitgestaltung**

Wie wichtig sind gemeinsame Freizeitinteressen?

Was geschah bei Cindy und Alan?

Überschneidung von Interessengebieten

Wie Sie gemeinsame Freizeitinteressen entwickeln können

Kann die Frau „der beste Freund“ des Mannes sein?

Wie viele Stunden sollte die gemeinsame Freizeitgestaltung in Anspruch nehmen?

Fragen für Sie

Fragen für Ihn

Zur gemeinsamen Überlegung

7. **Sie muss ihm vollkommen vertrauen können – Offenheit und Ehrlichkeit**

Misstrauen zerstört ihr Gefühl der Sicherheit

Kennt Ihr Partner Sie besser als jeder andere?

Unehrlliche Ehemänner: Drei Arten

Wie kleine Notlügen den Kontostand auf der Liebesbank verringern
Hat die Privatsphäre ihren Platz in einer Ehe?
Wir alle haben unsere Probleme
Wie gegenseitige Ehrlichkeit eine Ehe retten kann
Fragen für Ihn
Fragen für Sie
Zur gemeinsamen Überlegung

8. Er möchte eine gutaussehende Frau haben – Eine attraktive Partnerin

Warum so viel Aufhebens um das gute Aussehen?
Wenn Sie Ihr Äusseres vernachlässigen, wird er Sie wenig anschauen
Wenn seine Frau gut aussieht, geht es dem Mann gut
Das „Geheimnis“ der Gewichtskontrolle
Verwenden Sie ein vorteilhaftes Make-up
Wählen Sie eine Frisur, die ihm gefällt
Kleidung – schöne Hülle für die Frau
Attraktivität kann Eifersucht verursachen
Es ist ein schönes Gefühl, attraktiv zu sein
Fragen für Sie
Fragen für Ihn
Zur gemeinsamen Überlegung
Empfohlene Literatur

9. Sie braucht ausreichend Geld – Finanzielle Sicherheit

Heiraten Frauen des Geldes wegen?
Verheiratete Frauen arbeiten nicht gern mit
Was ist mit Frauen, die mehr verdienen als ihre Männer?
Kein anderer Ausweg?
Ein Haushaltsplan ist unbedingt notwendig
Fragen für Sie
Fragen für Ihn
Zur gemeinsamen Überlegung

10. Er braucht Ruhe und Frieden – Harmonische häusliche Atmosphäre durch ausgewogene Arbeitsteilung

Häusliches Glück: Der Traum eines jeden Mannes
Sollten wir die Männer bedauern, die sich nicht beklagen?
Wie das Problem der Arbeitsteilung gelöst werden kann
1. Schritt: Finden Sie heraus, was er möchte
2. Schritt: Entwerfen Sie einen Plan
3. Schritt: Führen Sie den Plan aus!
Arbeitsblatt zur Veränderung der häuslichen Situation
Gerechte Verteilung der häuslichen Aufgaben
Fragen für Sie
Fragen für Ihn
Zur gemeinsamen Überlegung

11. Sie möchte, dass er ein guter Vater ist – Familienbindung

Eine Frau braucht eine starke Familienbindung
Gute Eltern zu sein – das braucht viel Zeit
Gute Eltern zu sein – das erfordert Übung – sehr viel Übung
Vaterschaft bedeutet Verpflichtung
Fragen für Ihn
Fragen für Sie
Zur gemeinsamen Überlegung

12. Er möchte, dass sie stolz auf ihn ist – Anerkennung und Bewunderung

Woher kommt dieses Bedürfnis nach Anerkennung?
Selbstwertgefühl erwächst zu Hause
Wie zeigt man ehrliche Bewunderung?
Zuvor: Bewunderung muss empfunden werden
Bereiten Sie sich auf Rückschläge vor
Was tue ich, wenn ich anfangs, ihn zu bewundern?
Fragen für Sie
Fragen für Ihn
Zur gemeinsamen Überlegung

13. Wie Sie eine Affäre überstehen können

Erster Schritt: Wollen Sie überhaupt, dass Ihre Ehe fortbesteht?
Zweiter Schritt: Finden Sie sich nicht damit ab
Dritter Schritt: Sie sollten wissen, was auf Sie zukommt

Können Dreiecksverhältnisse nicht durchbrochen werden?

Vierter Schritt: Beginnen Sie, auf die Bedürfnisse Ihres Ehepartners einzugehen

Sechster Schritt: Ihre Ehe kann besser werden als je zuvor

14. Vormals unvereinbar – nun unwiderstehlich

Das Heilmittel für Unvereinbarkeit: Ganz bewusstes Eingehen auf die Grundbedürfnisse des Ehepartners.

Der unwiderstehliche Mann

Die unwiderstehliche Frau

Entdecken Sie Ihre eigenen Grundbedürfnisse und die Ihres Partners

15. Anhang: Fragebogen zur Analyse der Bedürfnisse in der Ehe

Fragebogen: Die Bedürfnisse der Frau in der Ehe

Fragebogen: Die Bedürfnisse des Mannes in der Ehe

Die amerikanische Originalausgabe erschien im Verlag

Fleming H. Revell, a division of Baker Book House Company,

Grand Rapids, MI 49516-6287

Unter dem Titel: „**His Needs – Her needs**“

© 1986, 1994 by Willard F. Harley, Jr.

© der deutschen Ausgabe 1995 Verlag Klaus Gerth, Asslar

Aus dem Amerikanischen übersetzt von Eva Weyandt

2. Auflage 2003 unter dem Titel: „**Meine Wünsche – Deine Wünsche**“

Nachdruck der Leseprobe mit Genehmigung

von Gerth Medien GmbH Postfach 1148, D-35607 Asslar, www.gerth.de

durch M. Thomi, Kirchstrasse 6, CH-4127 Birsfelden, Schweiz, www.lipofluid.ch

Vorwort

Ehekonflikte haben zweierlei Ursachen:

- 1) die Ehepartner machen sich gegenseitig *nicht glücklich oder*
- 2) die Ehepartner machen sich gegenseitig *unglücklich*.

Im ersten Fall sind die Partner frustriert, weil der jeweils andere zu wenig auf seine/ihre Bedürfnisse eingeht. Im zweiten Fall verletzen sie sich ganz bewusst.

Dieses Buch spricht Menschen an, die nicht in der Lage sind, auf die entscheidenden Bedürfnisse des Ehepartners einzugehen. Unwissenheit ist dabei ein wichtiger Faktor; Männer und Frauen tun sich schwer damit, die Bedürfnisse des anderen zu verstehen und richtig einzuschätzen. Männer und Frauen suchen hingegen die Erfüllung ihrer eigenen Bedürfnisse. Das Problem hierbei ist, dass **Männer und Frauen oft sehr unterschiedliche Bedürfnisse** haben und wir unsere Energie verschwenden, wenn wir versuchen, den **falschen** Bedürfnissen gerecht zu werden.

Die Bedürfnisse in einer Ehe sind so immens gross, dass die Partner, wenn sie keine Erfüllung finden, versuchen, ausserhalb der Ehe auf ihre Kosten zu kommen. Die meisten meiner Klienten erlagen dieser Versuchung und hielten ihr Eheversprechen nicht.

Doch abgesehen von der Gefahr, dass der Partner eine aussereheliche Beziehung eingehen könnte, sollten wir schon um unserer selbst willen den wichtigen ehelichen Bedürfnissen gerecht werden. Die Ehe ist eine ganz besondere Beziehung. Das Eheversprechen sichert dem Ehepartner das alleinige Recht zu, diesen wichtigen Bedürfnissen des jeweils anderen zu begegnen. Geschieht eine solche Begegnung nicht, muss der unfair behandelte Ehepartner frustriert durchs Leben gehen.

Dieses Buch will Ehepaaren helfen, diese wichtigen Bedürfnisse zu erkennen und zu lernen, sie einander mitzuteilen und darauf einzugehen.

Eine Ehe, die gelingen soll, erfordert Geschick – Geschick im Umgang mit dem Menschen, den Sie wie versprochen Ihr ganzes Leben lang treu lieben wollten. Gute Vorsätze reichen nicht aus. **Hilfestellung und Motivation soll dieses Buch geben, damit Ihrem Versprechen Taten folgen können und Ihre Ehe gelingen kann.**

1. Wie krisensicher ist Ihre Ehe?

Ob Sie nun Ihr gemeinsames Leben gerade erst begonnen haben, ob Sie bereits seit Jahren eine Durchschnitts- oder gar eine „schlechte“ Ehe geführt oder ob Sie eine aussereheliche Liebesbeziehung hinter sich haben: Sie können Ihre Ehe verbessern oder erneuern, wenn Sie folgendes beachten:

**Lernen Sie Ihre gegenseitigen Bedürfnisse
zu erkennen und zu erfüllen.**

Das mag sich einfach anhören, und vielleicht fragen Sie sich, was daran so schwierig sein soll, doch die Ehe ist eine sehr komplexe Beziehung. Machen wir uns einmal klar, was alles damit zusammenhängt.

Mit hohen Erwartungen gehen Mann und Frau eine Ehe ein. Sie versprechen sich, ganz allein bestimmten intimen Bedürfnissen des anderen gerecht zu werden. Die Eheleute sind bereit, „Vater und Mutter zu verlassen“ und gestehen dem Partner das ausschliessliche Recht zu, die eigenen Bedürfnisse zu erfüllen. Dies bedeutet nicht gleichzeitig, dass der Ehepartner *allen* Bedürfnissen gerecht werden muss, doch es gibt einige Grundbedürfnisse, die die meisten von uns für die Ehe aufbewahren.

Wenn ein Mann sich an eine Frau bindet, ist er darauf angewiesen, dass sie seinen sexuellen Bedürfnissen gerecht wird. Wenn dies geschieht, ist sie für ihn eine Quelle grosser Freude, und seine Liebe zu ihr wächst. Bleibt dieses Bedürfnis jedoch unbefriedigt, geschieht genau das Gegenteil: er wird frustriert, und die Liebe kann nicht wachsen. Steigert sich diese Frustration, kommt er vielleicht zu der Überzeugung, dass sie „einfach keinen Sex mag“ und versucht, das Beste daraus zu machen. Doch sein starkes Bedürfnis nach sexueller Erfüllung bleibt unbefriedigt. Sein Versprechen, nur zu seiner Frau eine sexuelle Beziehung zu haben, stellt ihn vor die Entscheidung, die sexuelle Frustration zu ertragen oder untreu zu werden. Einige Männer halten durch; ihnen gelingt es im Laufe der Jahre, sich damit abzufinden. Doch viele unterliegen der Versuchung und beginnen eine Beziehung mit einer anderen Frau. In meiner Praxis habe ich mit Hunderten von solchen Menschen gesprochen.

Seine Bedürfnisse sind andere als ihre

Neben dem Grundbedürfnis des Mannes nach Sex gibt es natürlich andere mögliche Konfliktherde in einer Ehe. Im Laufe der Jahre habe ich mit vielen Ehepaaren gesprochen. Sowohl bei den Männern als auch bei den Frauen haben sich fünf Grundbedürfnisse herauskristallisiert, deren Erfüllung sie von ihrem Partner erwarten. Immer wieder stiess ich auf diese zehn Punkte. Obwohl jeder den Wichtigkeitsgrad der einzelnen Bedürfnisse unterschiedlich werten mag, hat mich die Beständigkeit, mit der ich diesen zwei Gruppen immer wieder begegnete, beeindruckt.

Die fünf Grundbedürfnisse des Mannes in der Ehe sind:

- 1. Sexuelle Erfüllung**
- 2. Gemeinsame Freizeitgestaltung**
- 3. Eine attraktive Partnerin**
- 4. Harmonische häusliche Atmosphäre durch ausgewogene Arbeitsteilung**
- 5. Anerkennung und Bewunderung**

Die fünf Grundbedürfnisse der Frau in der Ehe sind:

- 1. Zärtlichkeit**
- 2. Kommunikation**
- 3. Offenheit und Ehrlichkeit**
- 4. Finanzielle Sicherheit**
- 5. Familienbindung**

Diese Auflistung mag nicht exakt auf jeden Menschen zutreffen. Doch aus meiner Erfahrung kann ich sagen, dass die Mehrheit der Menschen diese Bedürfnisse als die eigenen erkennen wird. (Beachten Sie die Fragebogen am Schluss dieses Buches).

Wenn die Bedürfnisse von Männern und Frauen sich so grundlegend voneinander unterscheiden, ist es nicht verwunderlich, dass Schwierigkeiten in der Ehe auftreten. Ein Mann kann sich zwar fest vornehmen, auf die Bedürfnisse seiner Frau einzugehen, doch ganz selbstverständlich geht er dabei von seinen eigenen aus. Dasselbe gilt für die Frau.

Häufig ist der **Grund für die Unfähigkeit**, sowohl der Männer als auch der Frauen, auf die Bedürfnisse ihres Ehepartners einzugehen, einfach **Unkenntnis** dessen, was im anderen vorgeht. Es steckt keine böse Absicht dahinter.

Die Bedürfnisse des Partners zu erfüllen, bedeutet ja nicht, dass Sie Ihre Zähne zusammenbeissen und etwas tun müssen, das Sie eigentlich hassen. Es bedeutet, dass Sie sich darauf vorbereiten, Bedürfnissen gerecht zu werden, die Ihnen selbst nicht so wichtig erscheinen. Umdenken und Umlernen ist angesagt.

Wenn dies nicht geschieht und eines der Bedürfnisse des Ehepartners unbefriedigt bleibt, schafft dies ein Vakuum, das gefüllt werden muss. Wenn sich in der Ehe nichts ändert, gerät der Ehepartner in die grosse Versuchung, ausserhalb der Ehe Erfüllung zu suchen.

Um unsere Ehe krisensicher zu machen, dürfen wir unseren Kopf nicht in den Sand stecken. Ein Mensch, der denkt, sein Ehepartner sei aber „anders“ und würde niemals ein aussereheliches Verhältnis beginnen, könnte eines Tages einen schlimmen Schock erleiden. Statt dessen müssen wir lernen, die Warnzeichen zu erkennen, die zu einem ausserehelichen Verhältnis führen könnten. Wir können lernen, die Schwachstellen einer Ehe auszumerzen.

Warum sind aussereheliche Verhältnisse eine so grosse Versuchung?

Bei einem ausserehelichen Verhältnis gehen zwei Menschen eine Verbindung ein, in der sich Erotik mit Gefühlen tiefer Zuneigung und Liebe verbindet. Ich spreche nicht von der nichtsexuellen Zuneigung, die ausserhalb der Ehe bestehen kann und auch nicht von der rein sexuellen Liaison, bei der die Liebe fehlt. Obwohl auch solche Beziehungen eine Ehe in tiefe Probleme stürzen können, zeigt meine Erfahrung, dass sie viel leichter zu handhaben sind. Die aussereheliche Beziehung, in der Sex (gewöhnlich sehr leidenschaftlicher Sex) kombiniert ist mit tiefer Zuneigung, erschüttert eine Ehe bis in die Grundfesten, weil die Liebenden wirkliche Intimität erfahren und mindestens ein Bedürfnis des Ehepartners ausserhalb der ehelichen Beziehung Erfüllung findet. Wenn ein Ehepartner entdeckt, dass das Treueversprechen gebrochen wurde, ist in den meisten Fällen die Ehe zerrüttet.

Eine aussereheliche Liebesbeziehung beginnt gewöhnlich als „reine Freundschaft“

Ein Verhältnis beginnt gewöhnlich als Freundschaft. Sehr oft kennt der Ehepartner den Liebhaber des anderen. Es ist auch durchaus nicht ungewöhnlich, dass die dritte Person der Mann oder die Frau eines Ehepaares ist, das beide kennen und für „die besten Freunde“ halten. Auch kann es sein, dass der oder die Geliebte aus der Familie eines der Ehepartner kommt – vielleicht ein Bruder oder eine Schwester. Denkbar ist auch, dass es sich um einen Arbeitskollegen handelt.

Wo immer ein aussereheliches Verhältnis beginnt, am Anfang steht meist eine Freundschaft. Persönliche Probleme werden sehr ausführlich miteinander besprochen. Häufige Begegnungen sind die Regel: man trifft sich jeden Tag bei der Arbeit, regelmässig im Rahmen einer Freundschaft, bei den Zusammenkünften eines Komitees und so weiter.

Wenn sich Ihre Freundschaft vertieft, unterstützen und ermutigen Sie sich vermutlich gegenseitig, vor allem in bezug auf Ihre unerfüllten Bedürfnisse. Das Leben ist schwierig, und Sie sind wie viele Menschen vielleicht enttäuscht. Wenn Sie jemanden finden, der Sie versteht und ermutigt, gewinnt dieser Mensch eine starke Anziehungskraft. Früher oder später finden Sie sich mit diesem Freund bzw. dieser Freundin im Bett wieder. Es „passiert“ einfach so. Sie haben es nicht gewollt, auch Ihr Freund oder Ihre Freundin nicht.

Sehr oft basiert die Freundschaft, die in einem Liebesverhältnis endet, nicht auf der körperlichen Anziehungskraft. Eine Frau mag einen Blick auf die Geliebte ihres Mannes werfen und denken: „Was findet er bloss ausgerechnet an *dieser* Frau?“

Die Antwort ist oft ganz einfach: nicht die **körperliche** Anziehungskraft ist entscheidend, sondern die **emotionale**. Es ist nebensächlich, ob die andere Frau attraktiv oder übergewichtig, plump oder gar hässlich erscheint: sie hat es verstanden, auf ein unerfülltes Bedürfnis einzugehen. Der oder die Geliebte wird als der liebevollste Mensch gesehen, den der untreue Ehepartner je kennengelernt hat. Der Wunsch, den anderen zu umsorgen, wird so stark wie nie zuvor.

Wenn Sie ein ausserheliches Liebesverhältnis beginnen, sind Sie und Ihr Geliebter oder Ihre Geliebte bereit, auf die Bedürfnisse des anderen einzugehen. Diese Bereitschaft bindet Sie in einer gegenseitigen Liebe, die sich zu einer leidenschaftlichen sexuellen Beziehung ausweitet. Diese: beiderseitige Wunsch, den anderen glücklich zu machen, lässt dieses Verhältnis zu einer sehr befriedigenden und intimen Beziehung werden.

Steigert sich Ihre Leidenschaft, finden Sie sich schliesslich gefangen in einer Falle, die Sie selbst aufgestellt haben. Sie verlieren jegliches Urteilsvermögen, während Sie buchstäblich aneinander gefesselt sind durch eine Beziehung, die auf **Träumen** basiert und nicht auf der Realität.

Mehrere Faktoren machen Ihre Beziehung so glücklich und aufregend:

1. **Sie und Ihr Geliebter oder Ihre Geliebte lernen nur die guten Seiten des anderen kennen.**
2. **Sie ignorieren schlicht die Fehler des anderen.**
3. **Sie sind sexuell erregt wie nie zuvor und davon überzeugt, dass Sie keinen aufregenderen Sexualpartner finden können als Ihren heimlichen Geliebten oder Ihre Geliebte.**

Was Sie wirklich erregt, ist jedoch nicht Ihr neuer Partner, sondern Ihre **Fantasie**. Wenn Sie zusammen mit Ihrem Geliebten oder Ihrer Geliebten überlegen, wo Sie sich das nächste Mal treffen können, lassen Sie die Realitäten des Lebens weit hinter sich zurück. Ihre Affäre kann eine ganze Weile bestehen, bevor sie entdeckt wird. Doch je länger sie dauert, desto schwieriger wird es sein, dieses Verhältnis zu beenden.

Nun fühlen Sie sich vielleicht ein wenig beleidigt, weil ich Sie bei meinen Ausführungen über ausserheliche Liebesbeziehungen und ihre Anfänge persönlich angesprochen habe. Ich habe einen guten Grund dafür. Während die meisten Menschen abstreiten würden, dass sie jemals eine Affäre beginnen könnten, ist es eine Tatsache, dass unter den richtigen (oder falschen) Umständen **jeder von uns** der Versuchung erliegen kann, wenn seine Grundbedürfnisse vernachlässigt werden.

Ausserheliche Liebesbeziehungen brauchen keinen bestimmten Auslöser. Im Gegenteil, manchmal geraten „ganz normale“ Männer und Frauen mit einem „ganz normalen“ Ehealltag in eine solche Lage. Wenn Ihre Grundbedürfnisse nicht erfüllt werden, geben oft ganz normale Alltagsdinge Anlass zur Unzufriedenheit und zum Selbstmitleid.

Als nächstes suchen Sie nach Unterstützung und sagen sich: *Wenn ich doch nur jemanden hätte, mit dem ich reden könnte*. Von da aus kann es nur noch ein kleiner Schritt sein, nach Hilfe ausserhalb der ehelichen Bindung Ausschau zu halten. Sie müssen nicht unbedingt auf die Suche nach einem solchen Menschen gehen; er oder sie kreuzt vielleicht zufällig Ihren Weg, und Sie entdecken plötzlich, wie grossartig Sie sich mit ihm oder ihr verstehen.

In einigen Fällen kann der eben beschriebene Vorgang einige Monate dauern; in anderen Fällen sind es vielleicht Jahre. In den letzten fünfundzwanzig Jahren habe ich immer wieder erlebt, wie so etwas im Leben meiner Klienten geschehen ist. Traurig genug, dass moralische Wertvorstellungen oder religiöse Ansichten eines Menschen dabei nur wenig bewirkt haben.

In meine Praxis kommen viele tiefgläubige Menschen. Sie sind in Schuld verstrickt und suchen verzweifelt Hilfe.

Zu Beginn meiner Arbeit als Eheberater war ich häufig bestürzt, wenn ich Menschen mit ausgeprägten religiösen und moralischen Wertvorstellungen begegnete, die ein ausserheliches Verhältnis hatten. Auch ich bin Christ und Mitglied einer Gemeinde. Damals erschütterte es mich, dass überzeugte Christen so vom „rechten Weg“ abkommen konnten. War ihr Glaube vielleicht nicht stark genug?

Je mehr ich es jedoch mit Christen und anderen Klienten mit hohen moralischen Wertvorstellungen zu tun bekam, desto mehr verstand ich **die Macht der Grundbedürfnisse** in uns allen. Ich lernte, meine eigenen Schwächen und die Macht meiner eigenen Bedürfnisse zu erkennen. Als ich meine Frau Joyce heiratete, beschloss ich, mich ganz ihr und unserer Ehe zu widmen. Während unserer dreiundzwanzigjährigen Ehe bin ich meinem Eheversprechen stets treu geblieben, aber nicht, weil ich etwa ein Musterbeispiel an Tugend wäre, sondern weil Joyce und ich uns bemüht haben, unsere gegenseitigen Bedürfnisse zu befriedigen.

Wie uns dies gelungen ist, werde ich in einem späteren Kapitel beschreiben; im Augenblick ist nur wichtig, dass Sie etwas von der Macht der Bedürfnisse begreifen. Ihr religiöser Glaube oder Ihre moralischen Wertvorstellungen liefern Ihnen keine Garantie dafür, dass Sie nicht dem ständigen Druck nachgeben und die Erfüllung eines unbefriedigten Bedürfnisses anderswo suchen könnten.

Kurz gesagt, Ihre Bedürfnisse fordern Beachtung. Als Anschauungshilfe möchte ich Ihnen die „Liebesbank“ vorstellen – eine Art innerer „Buchhaltung“, von der Sie vielleicht nicht einmal wussten, dass sie existiert.

**Das Buch „Meine Wünsche – Deine Wünsche“
können Sie in jeder guten Buchhandlung erwerben.
Die ISBN-Nummer lautet: ISBN 3-89437-335-0**

Den Fragebogen am Schluss des Buches finden Sie auch bei www.lipofluid.ch.