

Nur eine lebendige Beziehung ist eine glückliche Beziehung.

# Das Geheimnis einer lebendigen Beziehung

**Für eine glückliche Beziehung gibt es kein Patentrezept. Jedoch sollten Paare nicht vergessen, dass Glück auch bedeutet, nicht stehen zu bleiben.**

VON VERA KAMMERER

Viele Menschen wünschen sich den Traumprinzen oder die ideale Partnerin an ihrer Seite. Dabei wird häufig vergessen, dass eine glückliche Beziehung eine lebendige Beziehung ist. Diese braucht beide Seiten, das Licht und die Freude, aber auch den Schatten und die Enttäuschung – ein Wechsel von Höhen und Tiefen. Liebe ist eine Medaille mit zwei Seiten, und um das volle Potenzial einer Beziehung leben zu können – um frei zu werden – braucht es auch die Schattenseiten. Eine lebendige Beziehung

erlaubt uns, uns zu entfalten und unsere Flügel auszubreiten. Wir müssen uns aber voll und ganz darauf einlassen, unser Herz öffnen und unseren Schutzpanzer ablegen. Wir öffnen uns dabei für die Liebe, die Leichtigkeit und die Freude, aber auch für eine Enttäuschung, eine Verletzung oder ein Gefühl der Einsamkeit. Beziehung ist immer ein Spiegel und regt uns an, uns weiterzuentwickeln. Wir „beziehen“ uns aufeinander und begegnen uns auf emotionaler Ebene, nicht nur auf physischer.

Wir rennen oft vor unseren Erfahrungen, Gefühlen oder Ängsten davon oder wollen, dass der Partner oder die Partnerin unser Leben in Ordnung bringt, und geben dabei Macht ab. Wir fühlen uns nicht erkannt oder fühlen uns ungerecht behandelt. Dabei haben wir nicht verstanden, dass

Wir wünschen uns, vom anderen gesehen zu werden, sehen uns aber selber nicht.

Vera Kammerer

die Schmerzen oft aus unserer Vergangenheit stammen und nicht aus dieser Beziehung. Wir wünschen uns, vom anderen gesehen zu werden, sehen uns aber selber nicht! Der Wunsch nach Frieden und Sicherheit steht im Gegensatz zum Wunsch nach Wachstum und zur Entfaltung. Wenn eine Beziehung alles davon abdecken soll, ist sie überfordert. Finde zuerst dein Zuhause in dir, dann siehst du dich nicht mehr als Opfer, übernimmst wieder selbst die Verantwortung und

kannst auf Augenhöhe kommunizieren. Ein klares Nein in bestimmten Situationen ist ein klares Ja zu dir selbst. Finde und erkenne deinen Wert, dann werden sich auch deine Beziehungen verändern. Eine lebendige Beziehung ist nie am Ende angekommen, sie ist immer im Prozess, sie kann auch mal brennen, lässt deine Seele entfalten und bringt dir Freude.

**Vera Kammerer** ist Partnervermittlerin aus Südtirol und Inhaberin der Partnervermittlungsgesellschaft „Vera Kammerer“ in Niederdorf.

» [www.partneragentur.it](http://www.partneragentur.it)



KOTTERTEGER MANUEL



Die Zeitung am Sonntag

Besuchen Sie uns auf Facebook



[facebook.com/Zett.am.Sonntag](https://facebook.com/Zett.am.Sonntag)

Tipps zum Bauen?

HIER GEHTS LANG...

Jetzt auf [bautipps.it](http://bautipps.it)

bau**tipps**

