

Reinhold Ruthe

So stell' ich mir
die Liebe vor

16 Wege zum Du

Herderbücherei

Inhalt

Vorwort	9
<i>Liebe ist auch eine Frage des Lebensstils</i>	13
Der Lebensstil-ein Kunstwerk des Menschen	14
Leitmeliolien der Liebe.	17
Liebe als Dressat	18
Wie entstehen solche Leitmelolien der Liebe?	19
<i>Liebe ist auch Erotik.</i>	23
Ich liebe dich, weil du so bist.	23
Liebeskunst oder der erotische Ingenieur.	25
Mein Mann ist plump und direkt.	27
<i>Liebe ist auch Chemie.</i>	29
Die Wirkung der Hormone.	29
Die Wirkung der Geschlechtsdrüsen.	30
Klimakterium des Mannes?.	32
Phenyläthylamin und das verliebte Gehirn.	33
<i>Liebe heißt auch Annahme und Selbstannahme</i>	35
Wenn wir uns nicht selbst akzeptieren können	35
So, wie ich bin, bin ich gut genug	37
Wer sich bejaht, bejaht den anderen.	38

<i>Liebe ist auch Gefühl.</i>	40
Gefühle - das Barometer der Liebe.	40
Gefühle sind Werkzeuge - auch in der Liebe.	42
Wir sind für unsere Gefühle verantwortlich.	44
 <i>Liebe lebt auch von Anerkennung.</i>	 47
Sind wir bestätigt worden?.	48
Marlies ist anerkennungssüchtig.	49
 <i>Liebe lebt auch von Geborgenheit.</i>	 52
Vernachlässigung - Verkümmern - Hospitalismus	52
Nähe und Distanz	54
Orte der Geborgenheit	55
 <i>Liebe ist auch Überwindung von Einsamkeit.</i>	 58
Wie entwickeln sich Einsamkeit und Isolation?	59
Einsamkeit ist ein Syndrom	61
Die klammernde Liebe.	63
Einsamkeit und sexuelle Begierde.	64
Wenn der Einsame schweigt.	65
 <i>Liebe ist auch Geben und Nehmen.</i>	 66
Bemuttern wollen.	66
Haupt und Herz.	69
Der Partner gibt sich selbst.	70
Die Wachstumsformel.	72
Die bedürftige Liebe.	74
Der Christ und die bedürftige Liebe.	75
 <i>Liebe ist auch Verliebtheit.</i>	 77
Verliebtheit macht blind.	77
Verliebtheit als Selbsttäuschung	79
Verliebt in einen Typ.	81

<i>Liebe ist auch Liebe auf den ersten Blick.</i>	83
Die innere Stimme.	84
Die Doppelwahl.	85
Die tiefe Stimme als Liebesauslöser.	86
Mitleid als Motiv.	88
<i>Liebe ist auch Freundschaft.</i>	90
Was bedeutet uns ein Freund?.	91
Jeder Mensch muß mein Freund sein.	93
Freundschaft kann man nicht erzwingen.	95
Freundschaft dient der Einübung von Gemein- schaftsgefühl.	96
<i>Liebe ist auch Vertrauen.</i>	98
Bedeutung des Vertrauens.	99
Vertrauen mit Einschränkungen.	100
Wahrheit um jeden Preis?.	101
Liebe verlangt Offenheit.	102
<i>Liebe ist auch sexuelle Partnerschaft.</i>	105
Gibt der Sexualtrieb den Ton an?.	105
Sexualität wird benutzt.	107
Wenn Jugendliche Liebe mit Geschlechtsverkehr ver- wechseln.	109
Auch die Lust gehört dazu.	111
Die gewachsene Zweierbeziehung.	113
<i>Liebe ist auch Treue.</i>	116
Das Wort „Treue“ in der deutschen Sprache.	116
Die Treue ist doch kein leerer Wahn.	117
Ist Egoismus Untreue?.	118
Ursachen der Untreue.	119

Auf den Trauschein kommt es nicht an?121
Treue und Geborgenheit122
Untreue nach biblischem Verständnis123
<i>Liebe ist auch Vergebung.</i>126
Vergeben und Vergessen127
Vertrauen wächst aus der Vergebung128
„Ich habe dir Unrecht getan!“129
<i>Liebe ist auch Agape (Liebe aus Gott).</i>131
Ich liebe dich, weil du da bist131
„Einfach Liebe“.133
Die Agape hört niemals auf.135
Anmerkungen.139