

Ræð æðP ææ

Das ; Y\ Y]a b]g  
einer erfüllten  
DUf hb Yf gW UZh'

Chancen erkennen und leben

TRINITY

# Inhalt

**Vorwort 8**

**Einleitung 11**

**Die Überflussgesellschaft und ihr Einfluss  
auf unsere Beziehungen 17**

**Liebe 24**

Liebe und Selbstliebe 24

Partnerliebe 40

**Liebe und Sexualität 61**

**Abhängigkeit in der Beziehung 74**

**Blockaden aus dem Unterbewussten 79**

Bewusstseinsarten 79

Die Entstehung blockierender Muster und  
falscher Glaubenssätze 83

Männliche und weibliche Kräfte in uns 95

## **Lebensjahrsiehte 109**

## **Bewusste und unbewusste Erwartungshaltungen 122**

Erwartungen an den Partner 122

Bewusstes und blindes Vertrauen 125

Die Erwartung »Mein Seelenpartner« 129

Die Sucht nach Anerkennung 133

Die Erwartung »Der richtige Partner« 135

## **Konflikte und Wege zu Lösungen 137**

Konflikte kann man lösen 137

Konflikte durch Stress 159

Konflikte durch Trennung 163

Die Kunst der Versöhnung 169

Konflikte durch falsche Kommunikation 185

Konflikte durch Untreue 188

Angst als Hintergrund von Konflikten 196

Konflikte durch Eifersucht 198

Beziehung ist nicht selbstverständlich 200

## **Exkurs: Beziehungen in der Familie 201**

## **Schlusswort 211**

## **Hinweise zur Autorin 219**