



Wie liebt man einen Mann?

Liebe ist ein **positives Gefühl** für jemanden oder etwas, das in positiven Gedanken und positiven Wünschen Ausdruck findet.

Liebe ist eine **positive innere Haltung** für jemanden oder etwas, die sich ausdrückt in Willensentscheidungen zugunsten des Geliebten, zugewandtem Verhalten und Priorisierung von Willensentscheidungen (Zurückstellen eigener/ anderer Interessen zugunsten des Geliebten).

Liebe ist einseitig ...

und ereignet sich stets in Freiheit

und kann niemals durch Zwang herbeigeführt werden, auch nicht, indem man sich selbst zwingt

und hängt nicht davon ab, dass sie erwidert wird

und führt nicht zwingend zu einem erfüllten Leben

und macht keineswegs immer glücklich.



1 Was ist Männern wichtig?

1. Respekt, Anerkennung, Lob und Bewunderung

- Respekt: Männer werden oft dann wütend, wenn sie sich missachtet und nicht respektiert fühlen. Bedingungslose Achtung: Achte sein Urteilsvermögen, seine Fähigkeiten. Respektvolle Kommunikation mit dem Mann, Respektvoller Umgang in der Öffentlichkeit, Achtung in unseren Erwartungen (ihn nicht ständig erinnern...). Respekt bereitet den Boden für eine vertrauensvolle Beziehung der Partner.
 - Anerkennung und Lob: Lob hat tendenziell mehr die Leistung im Fokus. Ist auch wichtig, aber die Bewunderung des Charakters und der Fähigkeiten sind dem Mann in der Regel wichtiger. Lob verändert viel mehr als Kritik.
2. Männer können nach außen hin sicher und überzeugt wirken, aber innerlich unsicher sein. Sie stehen im Berufsleben oft unter Erfolgsdruck und genießen es, wenn sie bei der Ehefrau ehrlich über Gefühle reden können, ohne Erfolgsdruck zu haben. **In einer vertrauensvollen Beziehung kann ein Mann auch seine Ängste äußern** und mal schwach sein. Das geht nur bei Frauen, da Männer untereinander meist keine Schwäche zeigen wollen.
 3. **Unterstützung der Initiative und der Leiterschaft von Männern:** Männer brauchen Ermutigung zur Romantik und keine Kritik, wenn sie die Frau überraschen. Unterstützung der Entscheidung des Mannes und nicht Kritik. Liebe heißt auch Grenzen setzen. Ich liebe den Mann nicht, wenn ich bei Sünde wegschauen und sie nicht anspreche (z.B. Süchte...).
 4. **Ruheort, harmonische häusliche Atmosphäre, fröhliche Frau** (Spr. 31,25). Männer sehnen sich nach einem Ruheort zu Hause. Eine schöne, saubere Wohnung ist dabei nicht so wichtig, sondern Romantik, Kommunikation und guter Sex. Das hat viel mit dem Charakter der Frau und der Atmosphäre die sie bereitet, zu tun.
 5. Männer sind **visuell veranlagt**. Sie schauen schnell schönen Frauen hinterher und es ist ein Kampf, wegzuschauen. Darum lieben sie es, eine **attraktive Frau** zu haben. Damit meine ich eine Frau, die etwas aus ihrem Typ macht und Ausstrahlung hat, es geht nicht um ein Aussehen wie ein Modell.
 6. Die **Pflicht, den Unterhalt zu bestreiten, belastet den Mann**. Er will aber gleichzeitig auch für seine Familie sorgen. => Nachdenken über Teilzeitarbeit und Finanzierung.
 7. **Erfüllte Sexualität** eröffnet einen Zugang zu den Gefühlen des Mannes. Der Mann braucht Sexualität so sehr, wie die Frau Zärtlichkeit. => Grenzsetzung vor der Ehe, bewusste Entscheidung zu regelmäßiger, initiativer Sexualität von Seiten der Frau.

8. Männer sind anders in der **Kommunikation**: Frauen lösen ihre Probleme, indem sie darüber reden und Männer reden nur über Probleme, wenn sie sie gelöst haben oder wenn sie sie nicht alleine lösen können.

Frauen verhindern durch zu viel Kritik ritterliches und verantwortliches Handeln der Männer (Zänkische Ehefrau: Spr 21,9).

2 Wie kann ich lieben?

1. positive Gedanken konsequent fördern und negative Gedankenketten unterbinden
 - positive Erinnerungen pflegen
 - nach positiven Interpretationen suchen
 - loben und danken (direkt, sofort, überschwänglich und vor allem: vor anderen)
 - unverzüglich um Vergebung bitten
2. Priorität auf den Ehepartner (Alle anderen Menschen kommen danach)
 - in seinem Sinne entscheiden
 - seine Wünsche wahrnehmen, respektieren und oft erfüllen, besonders in Bezug auf Sex
3. Belohnung ausschließlich von Gott erwarten. Negatives Verhalten wird verziehen

3 Literatur:

Feldhahn, Shaunti (2006): Männer sind Frauensache. Was Frauen über Männer wissen sollten. 1. Aufl. Asslar: GerthMedien.

Gray, John (1998): Männer sind anders. Frauen auch. Männer sind vom Mars. Frauen von der Venus. München: Goldmann.

Harley, Willard F. (2009): Meine Wünsche, deine Wünsche. Die Bedürfnisse des Ehepartners erkennen und erfüllen. Asslar: Gerth Medien.