

Inhalt

Vorwort

Über die Liebe und dieses Buch	11
---------------------------------------	-----------

EINS

Woran wir glauben – was wir wissen – wovon wir träumen	17
---	-----------

Die Geschichte von Sue und Frank	19
Was wir von Profis über die Liebe lernen können	

Liebe ist Schicksal	21
Warum aus Hollywood schöne Filme und schlechte Ratschläge kommen	

ZWEI

Sich verlieben: Vom Suchen und Finden	25
--	-----------

Von Traum Männern und Traum Frauen	27
Warum wir uns am Anfang belügen und der Richtige mit der Zeit immer falscher wird	

Jeder Topf findet einen Deckel	31
Warum ein bisschen Prinzessin okay ist und zu wilde Träume einsam machen	

Der »richtige« Partner	38
Warum alle das Gleiche wollen und sich doch nicht jeder in jeden verliebt	
Wir sind seelenverwandt	51
Warum wir uns selbst im anderen suchen und was das mit Narzissmus zu tun hat	
Das schönste Gefühl der Welt	61
Warum Verliebte Schmetterlinge im Bauch und Zwangsgedanken im Kopf haben	
... and they lived happily ever after	67
Warum Märchen immer bei der Hochzeit aufhören, obwohl die Geschichte da erst richtig anfängt	
DREI	
Mittendrin: Liebesleben und Beziehungsglück	75
»Liebe dich selbst und es ist egal, wen du heiratest«	77
Wie Liebe und Bindung entsteht und warum unsere Partnerwahl von unserem Selbstbild abhängig ist	
Liebe macht blind	93
Warum James Bond keine gute Partie ist und wieso wir trotzdem (erst mal) auf ihn reinfallen	
Er wird sich noch ändern (oder ich ihn)	110
Was der Unterschied zwischen »rumschrauben« und verhandeln ist und warum wir das gesamte Paket annehmen müssen	
Wahre Liebe erduldet alles	121
Warum die Fähigkeit zu verzeihen genauso wichtig ist wie sich zu entschuldigen	

Wenn er mich liebt, liest er mir jeden Wunsch von den Augen ab	130
Warum wir die Sprache der Liebe lernen müssen und wie wichtig Unterschiede für die Langlebigkeit einer Beziehung sind	
Bloß keinen Streit	142
Warum wir mit Harmoniesucht mehr als nur unsere Beziehung aufs Spiel setzen und wie Konflikte uns sogar stärken	
Männer wollen Sex, Frauen wollen reden	153
Warum die weibliche Libido jahrhundertlang unterdrückt wurde und was Männer und Frauen beim Sex wirklich voneinander unterscheidet	
Glückliche Paare haben zweimal pro Woche Sex	168
Warum man keiner Statistik glauben sollte, die man nicht selbst gefälscht hat	
Die Heirat ist die Krönung unserer Liebe	188
Warum die wahre Romantik nicht in der einmaligen, sondern in der tagtäglichen Entscheidung füreinander liegt	
Mit einem Kind wird unsere Beziehung vollkommen	203
Warum aus glücklichen Paaren manchmal unglück- liche Eltern werden und was wir tun können, um die unvermeidlichen Rollenkonflikte zu entschärfen	
Unsere Liebe soll bedingungslos sein	215
Warum es keine Liebe ohne Sehnsucht und Mangel gibt und wie wir trotzdem glücklich werden können	

VIER

Treue: der (un)moralische Vertrag	223
Männer sind Schweine	225
Ob Männer wirklich nur das eine wollen und Frauen wirklich nie in Versuchung geraten	
In einer guten Beziehung ist man sich immer treu	237
Warum Männer und Frauen sich gleichzeitig lieben und betrügen können und was ein Seitensprung bedeutet	
Nach einem Seitensprung ist alles vorbei	252
Warum es so schwierig ist, zu verzeihen und wie man eine Affäre für die Beziehung nutzen kann	
Treue ist auch keine Lösung	264
Wie das Spannungsfeld aus Langeweile und Eifersucht den Treuevertrag diktiert	

FÜNF

Trennung: Wie man zurückblickt – wie man nach vorn blickt	283
Wenn wir uns trennen, haben wir versagt	285
Wann gehen besser ist als bleiben und wie wir dankbar statt enttäuscht auf gemeinsame Jahre zurückblicken können	
Eine Trennung traumatisiert die Kinder	294
Warum »wegen der Kinder« ein schlechtes Argument für eine schlechte Beziehung ist und wie auch getrennte Eltern gute Beziehungsvorbilder sein können	

»Liebeskummer lohnt sich nicht, my Darling« 302
Welche Phasen eine Trennung mit sich bringt und
warum es gesund ist, ausgiebig zu wüten und zu
trauern

Beim nächsten Mann wird alles anders 313
Warum die nächste Beziehung nur zur Hälfte
vom nächsten Mann abhängt und wie hilfreich
ein (kleines) bisschen Vernunft und Verantwortung
sein kann

SECHS

The (happy) End 321

Liebe ist ... das alles und noch viel mehr 323
Wie es uns gelingt, uns auf die Liebe und ihre
Wellenbewegungen einzulassen, statt sie zu
überfordern

Dank 330

Quellennachweise 332