



Wie kann Vertrauen in der Partnerschaft entstehen?

Vertrauen wird in allen Partnerschaften hoch angepriesen, als Grundvoraussetzung deklariert. Meist wird gleich zu Beginn einer Beziehung das Vertrauen eingefordert. Wie schaut es damit aus, ist Vertrauen eine Eigenschaft, die am Anfang einer Partnerschaft vorauszusetzen ist?

Das Gegenteil von Vertrauen sind Misstrauen und Angst, die in allen sozialen Bereichen zerstörerisch wirken. Misstrauen zerstört die Beziehungsfähigkeit und die Freude der Beziehungsaufnahme zu anderen Menschen. Misstrauen und Angst verhindern eine leichte und sozialfähige Kommunikation. Eine freie Begegnung zwischen zwei oder mehreren Menschen kann nicht mehr stattfinden. Durch das Misstrauen wird dem Gegenüber eine negative Eigenschaft unterstellt, ob das der Realität entspricht oder fiktiv ist, ist dabei unerheblich. Der Misstrauende hegt innerlich eine negative Einstellung anderen Menschen gegenüber, was sich bis zu einem feindlichen Weltbild ausprägen kann. Der misstrauende Mensch kann die Ansicht haben, dass alle Menschen oder die gesamte Welt gegen ihn sind und somit ein regelrechtes Feindbild aufbauen. Diese pessimistische Ansicht kann z.B. durch negative Ereignisse und Prägungen im Leben erlangt worden sein. Besonders ist das bei Verletzungen des Urvertrauens in den ersten Lebensjahren zu beobachten. Ebenso gibt es politische Regime die ein Ausspionieren von Privatsphären legalisieren und damit das Misstrauen unter der gesamten Erdenbevölkerung fördern.

Wenn Misstrauen und Angst auf der Welt überhand nehmen, dann mündet dies unweigerlich irgendwann in ein kriegerisches Verhalten jeder gegen jeden. Über diesen Zusammenhang lohnt es sich einmal intensiv darüber nachzudenken.

Misstrauen kann nur entkräftet werden durch eine Liebe zu allen Menschen, die auf konkrete, individuelle Menschenkenntnis basiert und durch schöpferischen, selbstverantwortlichen ethischen Individualismus (nach Rudolf Steiner GA 196).

Vertrauen ist nicht der Beginn, sondern das Ergebnis eines Entwicklungsweges und Auseinandersetzung.

Wenn sich zwei Menschen zu einer Partnerschaft entschließen, dann können sie sich vornehmen, mit der größten möglichen Offenheit in die Beziehung zu gehen. Was bedeutet das? Damit ist gemeint, dass sich das Paar um absolute Ehrlichkeit, Aufrichtigkeit, Dialogfähigkeit, Authentizität, Wertschätzung des Partners und Zuverlässigkeit bemüht. Das bedeutet, dass kein Partner etwas verschweigt, was wichtig für die Entwicklung der Paarbeziehung ist und keinerlei Lügen aufgebaut werden. Ebenso ist die volle Entscheidung zur Partnerschaft mit allen Konsequenzen entscheidend. Das sind Grundvoraussetzungen für den Aufbau des Vertrauens.

Hier ein Ideal, was als Meditationssatz geeignet ist:

„Aus der Menschenerkenntnis geborene Menschenliebe erkräftet ein Vertrauen zu sich selbst und anderen Menschen.“

Beratung zu partnerschaftlichen Themen in meiner Praxis:
Kerstin Meier Heilpraktikerin 08142 / 4101918