



## Loslassen statt festhalten

Einseitige Liebesgefühle können eine Freundschaft belasten. Manchmal braucht es eine Auszeit, um die Beziehung zu retten.



**ANIKÓ DONÁTH**  
DIE MULTITASKERIN  
IST SCHAUSPIELERIN,  
AUTORIN, SINGLE MOM  
UND EXPERTIN FÜR  
GENUSSVOLLES REDEN  
VOR PUBLIKUM.

**Was mache ich, wenn sich mein bester Freund in mich verliebt hat? Er würde mich am liebsten heiraten. Doch ich sage ihm immer wieder, dass das nicht passieren wird. Ich liebe ihn wie einen Bruder. Eine Liebesbeziehung stelle ich mir aber anders vor. Er will nicht akzeptieren, dass es mit uns niemals etwas werden wird, weil mir die Anziehung fehlt. Im Geiste eins, im Körper zwei. Haben Sie einen Rat, für ihn, oder mich, oder uns beide?**  
**REBECCA C., BERN**

Liebe Frau C.  
Liebe lässt sich nicht erzwingen. Da hilft kein Stossgebet, kein Kartenlegen und auch kein Zaubertrank. Wer Lust hat, die Folgen eines Liebestranks in voller Länge nachzulesen, dem empfehle ich

den «Sommernachtstraum» von William Shakespeare. Die Anziehung zweier Menschen bleibt mysteriös.

Rat für Sie: Ihr bester Freund hat seine unerreichbare Herzensdame dauernd vor der Nase. Er darf sich nicht nähern, was in seiner Situation sehr schmerzhaft ist. Solange er sich nicht in eine andere Frau verliebt, wird dieses Gefühl vielleicht nie abflachen. Vor allem dann nicht, wenn Sie sich dauernd sehen. Distanz ist gesund und gibt ihm die Möglichkeit, Sie zu vergessen. Das sollten Sie ihm ermöglichen. Sie werden so ihren besten Freund zwar kurz- oder mittelfristig verlieren, aber auf die Länge besteht eine Chance auf eine ausgeglichene, gute Freundschaft. Im Moment besteht ein absolutes Ungleichgewicht und Sie sind im Vorteil.

Rat für ihn: Akzeptieren Sie das Nein Ihrer besten Freundin. Sie lieben diese Frau und wollen das Beste für sie? Ja, es ist hart, wenn das Beste nicht Sie selbst sind. Wenn Ihnen Ihr Ego nicht in die Quere kommt und Sie verdauen können, dass Rebecca Ihre Gefühle nicht erwidert, kann Ihre Freundschaft bestehen. Beharren Sie auf einer Liebesbeziehung,

werden Sie Ihre Freundin hundertprozentig verlieren. Sie haben die Wahl. Verschenden Sie Ihre Zeit nicht mit Hoffen, sondern halten Sie die Augen offen für eine Frau, die Sie nicht nur schwesterlich und geistig liebt. Romantische Gefühle, die einfach so erwidert werden, sind wunderschön. Freuen Sie sich darauf.

Rat für Sie beide: Nehmen Sie eine definierte Auszeit voneinander. Denn wie der Philosoph und Dichter Khalil Gibran (1883–1931) so treffend formulierte: «Wenn Du jemand liebst, lass sie gehen ...» ●

✉ Fragen Sie unsere Experten:  
[beratung@coopzeitung.ch](mailto:beratung@coopzeitung.ch)

🌐 Anikó Donáth im Internet:  
[www.anikodonath.com](http://www.anikodonath.com)  
[www.redengeniessen.com](http://www.redengeniessen.com)