

Betreff: Freunde für Ihr Leben

Von: simplify E-Brief <ebrief@info.orgenda.de>

Datum: Fri, 26 Mar 2010 10:09:50 +0100 (CET)

An: mwimmer@promain-software.de



Freunde für Ihr Leben



Lieber Herr Wimmer,

„Freunde zu haben bedeutet, reich zu sein“, sagt ein spanisches Sprichwort. Doch jede Freundschaft ist anders – und will anders geschätzt und gepflegt werden. Hier unsere Tipps zu 4 unterschiedlichen Arten der Freundschaft.

Ihr Redaktionsteam von *simplify your life*

[Beziehungen: eines der 8 Geheimnisse der Lebenspyramide! Mehr ...](#)



Eine kleine Wissensfrage ...

Anzeige

"Unsere äußeren Schicksale interessieren die Menschen, die inneren nur den Freund." Wissen Sie, von wem dieses Zitat stammt?

- Die Antwort lautet: von einem deutschen Dichter und Dramatiker, der von 1777 bis 1811 lebte.

Na?

- Er war nicht zuletzt ein Meister in der Kunst der Erzählung.

...?

- Bevor er durch einen Pistolenschuss freiwillig aus dem Leben schied, erschoss er seine Begleiterin Henriette Vogel (mit deren Einverständnis).

Dann kann es nur – Heinrich von Kleist sein!

[Darauf wären Sie auch gern gekommen? Erfahren Sie hier, wie Sie immer gut mitreden können.](#)



Ihre Biografien



Bleiben Sie zumindest mit 1–2 Schulfreunden in Kontakt, auch wenn Sie inzwischen nicht mehr so viele Gemeinsamkeiten haben. Denn diese Freunde kennen Phasen Ihres Lebens, die weder Ihr Partner noch Ihre neuen Freunde mit Ihnen geteilt haben. Indem Sie mit ihnen über „alte Zeiten“ reden, führen Sie sich Ihre eigene frühe Biografie vor Augen. Das ist besonders dann hilfreich, wenn Sie keine Eltern mehr haben, mit denen

Sie darüber sprechen könnten. Frühe Freunde konfrontieren Sie mit anderen Lebensperspektiven („Was ist aus deinen Träumen von damals geworden?“). Nutzen Sie

diese Chance!

simplify-Tipp: In der Regel halten solche Freundschaften auch eine längere Funkstille aus, ohne dass die Vertrautheit Schaden nimmt. Laden Sie diese Freunde jedoch zu Festen ein, mit denen Sie Lebensabschnitte markieren (runde Geburtstage, silberne Hochzeit, Umzugsparty).



Ihr innerster Kreis



Richtig enge Freunde kann jeder Mensch nur wenige haben, das wusste schon der griechische Philosoph Aristoteles (384-322 v. Chr.): „Es empfiehlt sich, nicht möglichst viele Freunde zu erwerben, sondern nur so viele, als zum gemeinsamen Leben genügen. Es ist nicht möglich, mit vielen innig befreundet zu sein.“ So pflegen Sie Ihre wirklichen Freunde gut:

simplify-Tipps: Ihr Freund darf er selbst sein, Ihre Freundin sie selbst. Erwarten Sie nicht das, was Sie selbst geben könnten, sondern die speziellen Gaben des anderen – an Zeit, Emotionalität, praktischer Hilfe und Lebendigkeit. Seien Sie ehrlich miteinander. Eine gute Freundschaft verträgt auch ein „Nein“ oder eine wohlwollende Kritik. Wenn sich Lebensumstände wandeln (Partnerschaft, Familie, Beruf, Geld, Gesundheit), müssen sich auch Freundschaften mit verändern. Seien Sie offen für neue Aktivitäten, Rhythmen oder Themen.



Können Sie „hündisch“, die Sprache Ihres vierbeinigen Freundes?



Anzeige

Warum bellt der eine Hund Besucher an – der andere nicht? Warum liegt Hund so gern auf Ihren Füßen? Wie vermeide ich aggressive Hundebegegnungen an der Leine? Was bedeuten Hundespiele? Wie viel „Auslauf“ ist genug? Wie sage ich meinem Hund, was ich von ihm möchte? ...

Jeder, der sich mit seinem Hund beschäftigt, stößt irgendwann auf solche Fragen. Erhellende Antworten finden Sie jetzt in **Das kleine simplify Hundebuch**.

Machen Sie dieses Büchlein zu Ihrem Begleiter und lernen Sie „hündisch“ – für viele erfüllende Stunden mit Ihrem Vierbeiner!

JA, ich möchte JETZT die besten simplify-Tipps zu Hunde-Training und -Erziehung kennenlernen! Mehr ...



Ihre Begleiter in der Not



In Krisenzeiten werden neben den guten Freunden oft Menschen wichtig, die vorher nur lockere Bekannte waren: Nachbarn, die bei einer schweren Krankheit hilfsbereit zur Stelle sind; eine Kollegin, der zur selben Zeit gekündigt wurde wie Ihnen; Eltern, die Sie in einer Selbsthilfegruppe antreffen. Nehmen Sie solche praktischen und seelischen Hilfen ruhig an. Seien Sie aber nicht enttäuscht, wenn mit dem Ende der Krise auch die Verbundenheit endet. Das gilt auch, wenn Sie selbst der Helfer in der Not sind.

simplify-Tipp: Geben Sie überholte Rituale aus der schwierigen Zeit auf (das „Arbeitslosenfrühstück am Montag“ mit der Freundin). Tun Sie das nicht stillschweigend, sondern markieren Sie den Übergang von enger zu loser Beziehung mit einem Dankeszeichen für das gemeinsame Stück Weg.



Ihre Gemeinschaft



Menschen mit einem bewegten Leben (viele Ehrenämter und Freizeitaktivitäten, häufige Arbeitsplatzwechsel, Umzüge) haben oft viele einzelne Freunde aus den verschiedenen Bereichen, aber keinen eigentlichen Freundeskreis.

simplify-Tipp: Erklären Sie eine Ihrer vielen Gruppen zu Ihrem bevorzugten Freundeskreis. Wählen Sie eine Gruppe, die sich als Gemeinschaft versteht. Das kann ein Volkshochschulkurs mit seit Jahren gleich bleibenden Teilnehmern sein, eine Kirchengemeinde oder Pfarrei sowie Menschen, die sich jedes Jahr an einem bestimmten Urlaubsort wiedersehen. Solch eine Gemeinschaft kann Sie in schweren Zeiten in einer Art und Weise tragen, die einen

Einzelnen überfordern würde.



Lesen Sie in der simplify-Sonderausgabe "Befreiungsschläge" ...



Anzeige

"Befreien Sie sich von verjährten Beziehungen: Wie Sie auf freundliche Weise einen Schlussstrich ziehen" und vieles mehr!

[Hier erhalten Sie das simplify-Sonderheft GRATIS!](#)



Legen Sie Ihr Geld einfach besser an!

Sie sind auf der Suche nach sicheren und gut verzinsten Geldanlagen? Tagesgelder sind täglich verfügbar, Festgelder legen Sie für einen ausgewählten Zeitraum - meist einige Monate - an und Sparbriefe sind für die längerfristige Anlage gedacht. Die Top-Konditionen für alle finden Sie hier. Dabei finden Sie hier nicht nur die Konditionen aufgelistet, sondern erfahren auch alles über die Einlagensicherung. Aufgeführt werden hier nur Angebote, die über eine ausreichende Sicherung verfügen. Mehr dazu auf dem neuen Geld-Portal von simplify Geld und optimal-absichern.de!

[Klicken Sie hier für mehr Informationen](#)



Mehr davon!

Möchten Sie noch mehr interessante E-Mail-Newsletter entdecken?

[Dann klicken Sie hier](#)



Dieser kostenlose simplify E-Brief ist ein Service von:

www.simplify.de simplify your life: Einfacher und glücklicher leben



Newsletter drucken:

[Klicken Sie hier um eine druckbare Version des Newsletters zu öffnen.](#)

Kontakt:

Haben Sie Fragen? Schreiben Sie uns eine E-Mail: info@simplify.de

Weiterempfehlen

simplify E-Brief [weiterempfehlen](#)

Adresse ändern

Ihre E-Mail-Adresse hat sich geändert? Dann klicken Sie bitte [hier](#).

Anmelden

Haben Sie diesen Newsletter von einem Freund bekommen?

Klicken Sie hier, um sich für den kostenlosen simplify E-Brief [anzumelden](#)

Abbestellen

Falls Ihnen unser Angebot nicht zusagt und Sie sich wieder abmelden möchten oder Sie unwissentlich von einem Dritten angemeldet worden sind, klicken Sie einfach den nachfolgenden Link an und Sie werden automatisch abgemeldet:

[abbestellen](#)

Sie erhalten diesen E-Mail-Newsletter an die Adresse mwimmer@promain-software.de.

Impressum

Dieser Newsletter ist ein kostenloser Service des

Orgenda Verlags für persönliche Weiterentwicklung

ein Unternehmensbereich der
VNR Verlag für die Deutsche Wirtschaft AG
Theodor-Heuss-Str. 2-4
D-53177 Bonn
Tel.: 02 28 - 95 50 140
Fax: 02 28 - 36 96 001

USt.-ID: DE812639372 | Amtsgericht Bonn, HRB 8165 | Vorstand: Helmut Graf

ISSN 1863-5261

© VNR Verlag für die Deutsche Wirtschaft AG