



- So rette ich meine Ehe
- Kurzfristige Notfallmaßnahmen
- Die größten Fehler die in einer Ehe gemacht werden
- So tickt eine Frau
- Was bringt es mir wirklich, wenn ich meine Frau im Griff habe?

## **Inhaltsverzeichnis**

Um die Ehe retten zu können muss man zuerst die Frauen verstehen.....	Seite 3
Über mich.....	Seite 5
Fallbeispiel Stefan und Heike.....	Seite 7
So tickt eine Frau.....	Seite 9
Die Gefahr ist groß, abhängig zu werden.....	Seite 12
Die größten Fehler, die in einer Ehe gemacht werden.....	Seite 14
So rette ich meine Ehe – Kurzfristige Notfallmaßnahmen.....	Seite 16
Die 10 Gesetze, mit denen Sie Ihre Frau in den Griff bekommen und Ihre Ehe langfristig retten.....	Seite 20
Was bringt es mir wirklich, wenn ich meine Frau im Griff habe?.....	Seite 25
Lesermeinungen.....	Seite 27

## **Um die Ehe retten zu können muss man zuerst die Frauen verstehen**

### **Einleitung**

Ihre Ehe können Sie nur dann retten, wenn Sie zuerst die Frauen verstehen und Sie verstärkt „in den Griff“ bekommen. Das hat auch einen anderen angenehmen Nebeneffekt. Weil: Eigentlich ist es der Traum jedes Mannes, seine Frau „im Griff“ zu haben! Das Sie in jenen Bereichen, die Ihnen wichtig sind, das tut, was Sie wollen. Zum Beispiel, dass Sie im Bett aktiver wird, dass Sie weniger Stress macht, dass Sie im Alltag mehr für Sie tut usw.

Sie denken sich jetzt, das ist unmöglich?

Nein! Es ist möglich!

Es gibt eine klare Strategie, wie sie dieses scheinbar unmögliche Ziel erreichen werden, ich habe diese Strategie in jahrelanger Detailarbeit entwickelt und sie funktioniert! Viele Leser haben mir das schon bestätigt. Den ersten Schritt in diese Richtung haben sie bereits getan, Sie haben sich das ebook herunter geladen und lesen es gerade.

Sie können sich nun entscheiden, ob Sie Ihre Ehe zu Ihrem Vorteil verändern möchten, oder nicht?

Wenn Sie das nicht wollen, dann schließen Sie jetzt das Dokument. Wenn Sie sich aber bewusst dafür entscheiden, dann lesen Sie jetzt weiter. Das ist sehr wichtig, denn wenn Sie nur halbherzig sagen „Ich les halt mal was darüber..“, dann wird es nicht funktionieren! Sie müssen es unbedingt wollen, nur dann funktioniert es. Die Umsetzung erfordert nämlich auch sehr viel Disziplin !

Wenn Sie Ihre Ehe retten wollen, ist der erste Schritt dabei ist, sich mit der Welt

der Frau ein wenig näher zu beschäftigen um ihre Stärken, Schwächen, Ihre Bedürfnisse und Wünsche kennen zu lernen. Das horcht sich jetzt sehr verweichlicht an, aber erst wenn sie tiefer in die Welt der Frauen eintauchen, können Sie diese zu Ihren Gunsten beeinflussen und besser damit umgehen.

Es geht hauptsächlich um das geschickte Verteilen von Geben und Nehmen. Dadurch entsteht ein Ausgleich. Dieser Ausgleich ist die Basis für jede glückliche Ehe. Oft ist es „nur“ die Summe der Kleinigkeiten, die diesen Ausgleich stören. Leider kann es dann sehr schnell gehen, dass sogar eine Ehe daran scheitert. Genauso schnell können Sie aber Ihre Ehe retten. Da eine Beziehung oder Ehe grundsätzlich auf ein „gutes Gefühl im Unterbewusstsein“ aufgebaut wird, besteht immer noch bis zuletzt die Chance, dass auch Sie Ihre Ehe retten können und Sie und Ihre Frau wieder glücklich werden.

## Über mich:

Schon in Pubertät faszinierte mich das weibliche Geschlecht wesentlich mehr als meinen Altersgenossen. Ab diesen Zeitpunkt gab es für mich nur mehr eins: Die Welt der Frauen näher kennen zu lernen!

Trotzdem machte ich in meiner ersten Beziehung alles falsch, was man nur falsch machen konnte! Irgendwann kam der Tag an dem meine damalige Freundin mit mir Schluss machte. Ich war komplett fertig. Jetzt wollte ich es genau wissen, was in einer Partnerschaft wirklich wichtig ist und wie man langfristig eine glückliche Partnerschaft schafft! Ich verschlang jahrelang so gut wie alle Bücher, die es zu diesem Thema gibt, analysierte sehr viele Ehen in der Praxis, besuchte Seminare und führte sehr viele Gespräche mit Frauen, um mehr über die Hintergründe der Denkweisen von Frauen zu erfahren. Ich bekam da sehr interessante und ehrliche Antworten. Mit der Zeit kristallisierten sich immer mehr gemeinsame Nenner heraus. Frauen sind zwar verschieden, es gibt aber vieles, was sie gemeinsam haben.

Die letzten Teile des Puzzles fügte ich hinzu, als ich die 2 Jährige NLP – Practioneer Ausbildung absolvierte. NLP heißt Neurolinguistisches Programmieren und beschäftigt sich sehr viel mit zwischenmenschlichen Beziehungen, den richtigen Umgang mit dem Partner im bewussten und unbewussten Bereich. (Mein NLP Abschluss Zertifikat können Sie sich unter Meine-Frau.eu im Menü Über mich runterladen) Ab dann war mir alles klar, um was es bei den Frauen wirklich geht und wie sie ticken. An gewissen Verhaltensweisen von Frauen sind nicht wir Männer verantwortlich, wie es oft heißt, sondern die Frauen selbst.

Es hat viele Jahre gedauert und viel Geld gekostet bis ich wusste wie eine Frau

tickt und wie man eine Ehe langfristig retten kann. Das hat sich schnell herumgesprochen und viele Bekannte und Freunde sind zu mir gekommen und haben sich Rat geholt. Heute führe ich eine glückliche Ehe und sehe täglich, wie einfach das sein kann.

Ich habe wirklich lange nach Ratgebern im Internet gesucht, als ich selbst noch auf der Suche war. Meine Erkenntnis dabei war, dass im Internet und in vielen Büchern dieses so wichtige Thema leider nur „beschrieben“ wird. Dann kennt man die Tatsachen, weiß aber nicht, wie man es konkret in der Praxis umsetzen soll! Freunde haben mir geraten, ich soll doch mein Wissen veröffentlichen. Mittlerweile halte ich viele Seminare und Vorträge zu diesem Thema. Meine Bücher entwickelten sich zu Bestsellern. Mittlerweile haben es schon viele Männer erfolgreich umgesetzt und ich freue mich nach wie vor persönlich über jeden einzelnen Fall, wo eine Ehe gerettet wurde.

Viel Erfolg beim Umsetzen des Reports wünscht

David Bauer

## **Stefan und Heike:**

Stefan ist ein cooler Typ und ist bei den Frauen schon immer gut angekommen. Eigentlich wollte er Single bleiben und wieder mal ordentlich Gas geben. Aber dann kam Heike, eine tolle Frau, da konnte auch Stefan nicht nein sagen. Heike hatte Humor und wirkte sehr selbstsicher. Stefan kannte sich aus in der Welt der Frauen. Heike hat ihm immer das Gefühl gegeben, sie sei ganz anders, nicht so kompliziert wie die anderen Frauen. Heike war auch wirklich eine „pflegeleichte“ Frau. Deswegen hat er sich auch keine speziellen Gedanken darüber gemacht, wie er sie behandeln soll. In den ersten Jahren der Verliebtheitsphase war es eine wunderschöne Beziehung und er hatte sie gut im Griff. Unbewusst wuchsen die beiden immer mehr zusammen. Dann haben Sie geheiratet. So wie bei allen, ließ auch bei den beiden die Euphoriephase irgendwann nach und die Alltagsprobleme schlichen sich ein. Heike wollte sich wieder ein wenig mehr um sich selbst kümmern. Sie wollte wieder ein wenig mehr unter die Leute usw. Stefan hat das gar nicht gefallen, warum sollte man was verändern, wenn bisher alles so super gelaufen ist?

Stefan hatte auch Angst, seine Heike könne jemand anderen kennen lernen, wenn sie öfter alleine unterwegs ist. Stefan hatte ein Problem damit. Aus Liebe verzichtete sie teilweise darauf. Das war aber eigentlich nicht in ihrem Sinne und als Racheakt wollte sie auch ihm das Leben schwer machen. Ab sofort sagte Sie bei manchen Events ab, die ihm wichtig waren. Ab jetzt waren Sie noch mehr alleine und Heike nutzte Stefans Schwächen aus, um weiter Boden gut zu machen. Stefan wollte seine Nummer 1 Position in der Ehe natürlich behalten. Schnell hat sich das ganze hochgeschaukelt und keiner wollte mehr was für den anderen tun. Aus dem einstigen Traumpaar wurden 2 Streithähne. Heike saß auf den längeren Ast, neben der Eifersucht war da noch der Sex. Stefan wollte öfter Sex als Heike. Nach den Diskussionen hatte Heike solange

keine Lust bis er nachgab. So bekam sie immer mehr Macht in der Ehe.

Die Probleme wurden nicht weniger und nach 7 Jahren ließ sich Heide scheiden. Heikes Worte waren unter anderem „Ihr haben die Kleinigkeiten gefehlt!“, „Sie habe sich bei ihm zuwenig als Frau gefühlt!“

Für Stefan brach eine Welt zusammen: „Wie bitte? Heike, die war doch immer so cool, was redet die denn daher?“ Doch es half alles nichts mehr. Auch die Kinder konnten die beiden nicht mehr zusammenhalten. Noch heute, Jahre später, hat Stefan die Trennung noch immer nicht verkraftet!

Was hat Stefan nun falsch gemacht?

Stefans größter Fehler war, dass er übersehen hat, dass Heike trotz allem nur „eine Frau“ ist. Heike hat das immer heruntergespielt, weil sie sich nicht mit anderen Frauen vergleichen wollte und sich teilweise für Ihre Weiblichkeit geschämt hat. Stefan hätte es wissen müssen, das ist eben der Unterschied!

Wenn er es gewusst hätte, wie man eine Frau glücklich macht, ohne dass er seine Nummer 1 Position hergeben muss, dann wäre er heute noch mit seiner Traumfrau verheiratet! Ich kenne mittlerweile schon sehr viele Geschichten, die ähnlich verlaufen sind. Meistens geht es um Machtkämpfe, die sich hochschaukeln und die die Beziehungsqualität deutlich beeinträchtigen!

## **So tickt eine Frau**

Frauen sind natürlich nicht alle gleich, aber sie verbindet alle die gleiche Basis auf die Ihre Persönlichkeit aufgesetzt ist. Schon rein anatomisch gesehen gibt es deutliche Unterschiede zum Mann. Frauen sind schwächer gebaut, ihre rechte Gehirnhälfte (zuständig für Gefühle und Emotionen) ist gegenüber dem Mann ausgeprägter als die Linke Gehirnhälfte (Logisches Denken). Das erklärt auch warum Frauen in der Regel schlecht einparken können und oft ein Problem haben sozial harte, sachliche Entscheidungen zu treffen. Männer können das meistens viel besser. Frauen schauen sich gerne schnulzige Filme mit vielen Gefühlen an, sind kreativ und sozialer. Frauen helfen gerne anderen, haben mehr Bezug zu Familienangehörigen und leben gesünder. Das erklärt auch warum Frauen im Schnitt um 7 Jahre älter werden als Männer!

So viel hat sich seit der Steinzeit nicht verändert. Wir Männer sind gerne auf der Jagd, sind gerne im Rudel mit Kumpels unterwegs, arbeiten hart damit wir viel Nahrung nach Haus bringen können. Frauen bauen gerne ein Nest, haben Spaß die Wohnung einzurichten, tun sich viel leichter den Haushalt in Ordnung zu halten und Nahrung bereitzustellen. Weiters kümmert sich die Frau sehr fürsorglich um den Nachwuchs. Wie überall gibt es auch hier Ausnahmen, Männer die weiblich sind, Frauen die männlich sind und keine Kinder wollen usw., es gibt immer Ausnahmen von der Regel. Aber auf den Großteil, auf über 95% der Bevölkerung, trifft das zu. Das ist wissenschaftlich erwiesen und das haben mir auch viele Meinungsforschungsinstitute bestätigt!

Es muss ja auch so sein, sonst würden wir ja langfristig aussterben. Also ist heute noch vieles so wie es vor 1000 Jahren auch war. Nur muss man das ganze auf die moderne Welt umlegen. Heute gehen wir nicht mehr Kämpfen oder Kriege führen, sondern leben den Wettkampf beim Sport aus. Nahrung holen wir nicht mehr im Wald, sondern verdienen im Büro Geld damit wir die Nahrung im Supermarkt kaufen können. Frauen bauen kein Nest mehr, sondern gestalten die Wohnung neu. Damit wir die Frauen schön finden wackeln sie nicht mehr mit den Hintern, sondern gehen shoppen und schminken sich. Im Übrigen ist das Tanzen immer noch eine starke Frauendomäne.

Sie sehen also es gibt deutliche Unterschiede, die bewiesen sind, auch wenn das viele emanzipierte Frauen und eingeschüchterte Männer nicht wahrhaben wollen. Sie glauben, die Welt hat sich in den letzten 20 Jahren gedreht. Durch den gesellschaftlichen Wandel und durch den Wohlstand ergeben sich neue Möglichkeiten. Im Herzen will die Frau aber immer noch eine glückliche Beziehung mit einem starken Mann an ihrer Seite. Auch durch die Medien wird das Bild stark verfälscht. In den Medien werden vor allem Ausnahmen gezeigt, nicht die Regel. Die Normalität in den Wohnzimmern bringt keine Quote.

Die Regel ist, dass Frauen im Grunde genommen als Frau behandelt werden wollen wie oben beschrieben, nur nicht so unüberlegt und ungeschickt wie Stefan es gemacht hat. Das hat vor 30 Jahren ohne Probleme funktioniert, da konnte sich die Frau eine Scheidung finanziell und gesellschaftlich einfach nicht leisten. Heute können die Frauen auch alleine überleben. Sie verdienen genug um sich selbst zu erhalten. Das Sozialsystem ist vor allem im deutschsprachigen Raum so gut, dass Frauen heute ohne große Probleme ihre Kinder alleine erziehen können.

Das muss man einkalkulieren, wenn man eine Ehe eingeht. Viele machen das nicht, sonst würde es nicht eine Scheidungsquote von 50%(!) geben!

Es geht also darum das Sie ihre Frau als Frau behandeln. Nicht immer nur den Macho der alten Schule raushängen lassen (oder den Softie), das ganze lässt sich mit der feinen Klinge viel eleganter lösen, ohne das es Ihre Frau merkt und sie trotzdem alles bekommen was sie wollen!

In meinem ebook „Die 10 Gesetze..“ wird genau beschrieben wie das geht!

## Die Gefahr ist groß, abhängig zu werden

Ich möchte jetzt was klarstellen, es soll nicht der Eindruck entstehen, dass ich Frauen nur abwerte, ganz im Gegenteil:

**Eine Frau ist das wunderbarste Geschöpf auf Erden.** Ohne Frauen wäre das Leben nicht mal halb so schön! Immer nur arbeiten und Fußball kucken ist auf Dauer zu trocken. Alleine schon der wohlgeformte Hintern, die Brüste, die zierliche weibliche Körperform, das feine Gesicht, die langen Haare mit den vielen Frisuren und Farben, Miniröcke, Stiefel oder eng anliegende T-Shirts und Tops. Wenn sie uns dann noch lieb anlächelt und uns ein paar süße Worte ins Ohr flüstert... kann es einem den Verstand rauben!

Ich bin mir ziemlich sicher, dass der Gedanke daran an Ihnen auch nicht spurlos vorüber geht! Und gleichzeitig liegt genau da die größte Gefahr, von einer Frau Abhängig zu werden oder Ihr willenlos ausgeliefert zu sein. Glauben Sie mir, es gibt davon genug Fälle!

Das klingt jetzt ein wenig überzeichnet, doch durch das Spielen mit der Sexualität oder Ihrer verführerischen Weiblichkeit kann uns eine Frau sehr schnell in den Griff bekommen. Sie kennen das bestimmt; „Weil du mich heute so beleidigt hast, bekommst du keinen Sex! Oder einmal zuckersüß und dann wieder launisch. Viele Frauen machen das bewusst, weil sie eben auch wissen, dass hier unsere Schwächen liegen. Da meistens die Männer öfter „wollen“ als die Frauen, funktioniert dieses Spiel auch jahrelang. Entweder sie hat uns dann schon so im Griff, das wir alles für sie machen oder Sie treibt dieses Spiel zu weit. Dann kommt die Rache:

Die Männer fahren dann nicht mehr immer mit zur Schwiegermutter oder verzichten auf tägliche Streicheleinheit, die sie so gerne mag. Sie lässt sich dann wieder Gegenaktionen einfallen. Dann schaukelt sich dann hoch zu einem sinnlosen Machtkarussell, die wiederum ihre Lebens – und Beziehungsqualität nachhaltig verschlechtert. Das kann soweit gehen, dass Ihre Ehe in die Brüche

geht. Ja und dann sind sie Single. Das heißt: Zuerst eine lange Leidensphase, dann neue Freunde suchen, wieder in die Bars gehen, die Nächte durchzechern, in Singlebörsen anmelden, Strategien fürs Datteln überlegen usw. Für kurze Zeit können ein paar Abenteuer ja ganz spannend sein, aber langfristig werden sich auch Sie wieder, so wie über 95% der Bevölkerung, nach einer langfristigen Partnerin umsehen.

Verstärktes Ausgehen, Dates, Ersatz-Aktivitäten kosten viel Geld und von oberflächigen Bekanntschaften werden sie bald die Nase voll haben. Es ist nämlich sehr schwer eine Partnerin zu finden, die wirklich gut zu einem passt. Wenn sie im Großen und Ganzen mit Ihrer Ehefrau zufrieden sind und sie aber glauben eine andere wäre viel besser, dann haben sie sich getäuscht. Oft kommt nichts Besseres nach! Weil es eben sehr schwer ist eine ideale Partnerin zu finden, manche suchen jahrelang, manche finden Sie ein Leben lang nicht. Viel besser ist es doch, mit der eigenen Frau glücklich zu sein, oder?

Wenn beide glücklich sind, erhöht das die Stabilität der Ehe um ein vielfaches. Oft geht das sogar soweit, dass Ehefrauen sogar Seitensprünge Ihrer Männer verzeihen. Wenn Sie glücklich ist, wird Sie nicht im Entferntesten an einen Seitensprung denken. Das heißt, Sie bestimmen, ob die Ehe weitergeht oder nicht, weil vielleicht Sie selbst nicht mehr mit Ihr Leben können oder Sie sich bereits in eine andere verliebt haben, was immer mal passieren kann. Eine Garantie gibt es bei beiden Seiten nie, aber in der Zeit wo sie mit Ihr zusammen sind, ist es doch besser wenn sie mit Ihrer Ehefrau glücklich sind und das Leben sorgenfrei genießen können, oder?

## **Die größten Fehler, die in einer Ehe gemacht werden**

### **Ungleichgewicht zwischen „Geben und Nehmen“**

Der Ehemann tut entweder zu wenig bis hin zu „gar nichts mehr außer anwesend zu sein“ oder er hebt die Ehefrau „zuviel in den Himmel“, was sie eigentlich auch nicht will. Es ist nicht einfach, den richtigen Mittelweg zwischen „Zuckerbrot und Peitsche“ zu finden, aber es ist möglich.

### **Die Männer lassen sich von der eigenen Frau zuviel unter Druck setzen**

Für eine Frau ist es wirklich einfach, die Männer unter Druck zu setzen. Sie erzählt, welchen Urlaub Ihre Nachbarin macht und wie viele Geschenke er Ihr macht. Du bist so schwach, du bist für mich nicht gut genug, du schaffst das und das nicht. Das ist natürlich nicht in Ordnung, aber trotzdem steht er unter Druck, weil er sich das nicht leisten kann oder was nicht kann. Das kratzt am Selbstbewusstsein. Man kann aber auch eine Frau mit wenig Geld oder mit anderen einfachen Mitteln genauso beeindrucken.

### **Richtig Streiten**

Streitereien und Diskussionen sind ein ständiger Begleiter in jeder Ehe. Sie sind auch wichtig. Streitereien arten aber schnell zu persönlichen Beleidigungen aus und gefährden so die gesamte Ehe. Man übersieht schnell, dass es schon lange nicht mehr um die Sache selbst geht. Wenn man weiß, wie man richtig streitet, dann das alles vermieden werden.

### **Frauen sind meisterhaft im „falsch interpretieren“**

Wenn ein Mann was sagt, versteht es eine Frau oft falsch oder zieht sofort daraus Ihre Schlüsse und stellt Querverbindungen zu anderen Themen her. Der Mann hat das aber gar nicht beabsichtigt. Die Frau macht aus dieser „Mücke einen Elefanten“. Bei durchschnittlich 20.000 Wörtern am Tag (bei Männer nur ein Drittel davon) kann das vorkommen. Für uns Männer sind diese „Missverständnisse“ eine große Belastung. Mit der Zeit reagieren Männer

allergisch darauf und schalten auf Durchzug. Sie fühlt sich unverstanden und die Probleme werden nur noch größer.

### **Wer tut mehr und wer erledigt was?**

Ein sehr schwieriger Punkt in jeder Ehe ist es, auszuhandeln, wer was erledigt. Ständig wird abgewogen und diskutiert, wer mehr für die Partnerschaft, den Haushalt usw. tut. Emanzipierte Frauen verlangen heute immer mehr. Es gibt aber einen goldenen Weg, wo Sie an diesen Problemen vorbeispazieren.

### **Die Eifersucht**

In der Verliebtheitsphase kann man ohne den Geliebten nicht atmen. Ist die Euphoriephase vorbei, beginnt eine neue, genauso wichtige Phase in der Partnerschaft. Viele versäumen es da, loszulassen. Durch das Konkurrenzdenken sind sehr viele Männer eifersüchtig und gönnen Ihrer Frau kaum Freiheiten. Da man die eigene Frau aber nicht besitzt, ist das häufig der Anfang vom Ende der Ehe.

### **Der Sex**

Ein sehr wichtiger Punkt für uns Männer. Nach der Verliebtheitsphase herrscht meist ein Ungleichgewicht: Er will, sie nicht! Das belastet uns sehr und meistens werden obendrein unsere Wünsche und Phantasien nicht erfüllt! Frustrierend. Und dann benutzt Sie den Sex noch als Machtinstrument, um mehr Macht in der Ehe zu bekommen, weil es unser Schwachpunkt ist! Das ist ein Grund warum Seitensprünge „passieren“ und Affären angefangen werden, was häufig der Anfang vom Ende einer Ehe ist.

## **So rette ich meine Ehe –**

### **Kurzfristige Notfallmaßnahmen**

Das wichtigste ist einmal, dass sie sich zurückziehen. Hören sie sofort auf Ihr Vorwürfe zu machen oder dergleichen. Oft ist man in eine Sackgasse geraten und man merkt es gar nicht. Man sieht sich sehr viel und hat keine Zeit, mal objektiv über alles nachzudenken. Im Ärger, mitten in der Emotion, ist es sehr schwierig objektiv die Probleme zu diskutieren. Dann kommen höchstens Beleidigungen und alles wird nur noch schlimmer. Eine wichtige Notfallmaßnahme ist also, sich „zurückzuziehen“

Wenn Sie etwas mit Ihr reden, dann nur mit neutraler, freundlicher Stimme und mit neutralen Sätzen. So entschärfen Sie das ganze und geben Ihr keinen Grund für weitere „Gegenangriffe“. Wenn Sie glauben, Sie schaffen das nicht, weil Sie sich ständig ärgern müssen, dann verändern Sie etwas an Ihrem Tagesablauf. Machen Sie etwas, was Sie noch nie gemacht haben. Nehmen Sie sich einen Tag Urlaub und fahren alleine in eine Therme oder gehen alleine auf einen Berg. Je nachdem was Ihnen Spaß macht und wo Sie Zeit haben, nachzudenken. Vielleicht können Sie es auch einrichten, das ganze 2-3 Tage zu machen und es als Geschäftsreise zu tarnen. So kommen Sie „herunter“ und stellen manches in ein anderes Verhältnis. Nur so kommen Sie zu neuen Erkenntnissen.

Schließlich geht es um eine Frau, die Sie mal richtig geliebt haben, sonst wären Sie ja nicht mit Ihr verheiratet. Deswegen sollte Ihnen diese Frau was wert sein! Um Ihre Ehe retten zu können, müssen Sie auch bereit sein, was zu investieren. Es geht um Ihre Ehe und gleichzeitig um Ihr ganzes Leben! Sie haben nur ein Leben, das müssen Sie sich immer wieder vor Augen halten. Für das Herz, für die wahre Wärme im Leben ist das Privatleben, die Familie, die Ehefrau, viel wichtiger als der Beruf. Existenziell natürlich nicht. Aber einen Job kann man viel schneller und einfacher wechseln als die Ehefrau. Außerdem holt man aus dem Privatleben den Großteil der Motivation fürs Leben. Das belegen viele Studien.

Weiters haben Sie einfach mal keine Zeit, wenn Sie was will bzw. tun nicht alles für Sie. Wenn Sie dieses oder jenes mit Ihr tun, dann antworten Sie ebenfalls mit freundlicher, neutraler Stimme, dass es Ihnen leid tut, aber Sie haben es schon einen Freund versprochen, das Sie Ihm helfen. (Mit den Kumpels einen heben gehen, ist da nicht so gut) Beginnen Sie ein kleines soziales Engagement, passen Sie auf den Hund, Katze, Hamster der Nachbarn oder der Verwandtschaft auf. Oder auf das Baby des Bruders. Bieten Sie sich an. Notfalls erfinden Sie eine „soziale“ Ausrede, wenn es nicht anders möglich ist. Damit machen Sie gleich 2 Punkte, erstens haben Sie nicht immer für Ihre Frau Zeit, zweitens sieht Ihre Frau, dass Sie freiwillig anderen helfen. Das ist wichtig.

Nennen Sie Gründe, die Sie noch nicht so oft verwendet haben. Wenn Sie zum hundertsten mal ein wichtiges Projekt in der Arbeit als Grund nennen, dann wird es bei weitem nicht diese Wirkung erzielen. Die Probleme verlieren auch an Wirkung, wenn Sie sie „teilen“ Gehen Sie zu einem Freund und lenken Sie sich ab. Besprechen Sie mit Ihm die größten Probleme. Alleine schon durch das Erzählen verlieren die Probleme an „Wirkung“ und Sie sehen das ganze kurzfristig ein wenig neutraler. Vielleicht hat der Freund auch einige gute Ratschläge. Auch er hat möglicherweise schon mal die gleichen Probleme gehabt und hat dafür alternative Lösungsmöglichkeiten parat!

In dieser schwierigen Zeit verzichten Sie am besten auf Sex, oder reduzieren Ihn auf alle Fälle, auch wenn es schwierig ist. Wenn Sie in dieser schwierigen Phase Ihrer Ehe Sex wollen, unterstreicht das höchstens Ihre Unterwürfigkeit und Abhängigkeit von Ihrer Ehefrau. Das schwächt Sie nur unnötig in Ihrer Position.

Wenn Sie dieses „Programm“ ein Weilchen durchziehen, wird sich Ihre Ehefrau nicht mehr auskennen. Statt über die Scheidung nachzudenken oder über die Probleme in Ihrer Ehe zu grübeln, wird sie sich hauptsächlich damit beschäftigen, herauszufinden, was mit Ihnen los ist. Auf einmal sind sie so anders und haben sich verändert. Sie wird das sofort registrieren, glauben Sie mir. Auch nach Jahren der Ehe registriert man jede kleine Veränderung. Kurzfristig wird Sie

darüber nachdenken, ob Sie Ihnen nicht mehr gefällt, ob Sie sie nicht mehr attraktiv finden, weil Sie keinen Sex mehr wollen. Weiters wird Sie Angst bekommen, ob Sie fremdgehen, weil Sie so anders sind. Oder Sie befürchtet, dass Sie auf einmal das Interesse an Ihr verloren haben.

So gewinnen Sie Zeit. In dieser Zeit wird sie sich nicht auf die Eheprobleme konzentrieren oder an Scheidung denken. Dieses „Notfallprogramm“ können Sie natürlich nicht ewig durchziehen. Erstens ist es auf Dauer anstrengend und zweitens ist es sicherlich nicht Ihr Ziel, so zu leben. Diese Zeit ist aber sehr wichtig damit Sie sich auf die langfristige Rettung Ihrer Ehe (und Lösung der Probleme) konzentrieren können. Im nächsten Kapitel lesen Sie wie Sie Ihre Ehe langfristig retten.

#### **Zusammenfassung der kurzfristigen Notfallmaßnahmen:**

- Ab sofort keine Vorwürfe mehr! Wenn Sie mit Ihr reden, dann nur mit neutraler und freundlicher Stimme und mit neutralen Sätzen
- Einen oder mehrere Tage „Auszeit“ zu nehmen um runterzukommen
- Wegen sozialer „Verpflichtungen“ manchmal keine Zeit für Ihre Frau haben
- Gehen Sie zu einem Freund und lenken Sie sich ab
- Verzichten Sie am besten ganz auf den Sex oder reduzieren Sie ihn
- So gewinnen Sie Zeit und können sich auf die langfristige Rettung Ihrer Ehe konzentrieren

#### **Wichtiger Hinweis:**

Das ganze funktioniert natürlich nur kurzfristig! Langfristig kann es nach hinten losgehen und außerdem beeinträchtigt es Ihre Lebensqualität! Bitte die Notfallmaßnahmen also nur kurzfristig durchführen! Sie neutralisieren damit nur die Situation und bekommen Luft, sich auf die langfristige Rettung der Ehe zu konzentrieren. Das nächste Kapitel widmet sich diesem Thema:

## **Die 10 Gesetze, mit denen Sie Ihre Frau langfristig in den Griff bekommen und dadurch Ihre Ehe retten!**

Die 10 Gesetze sind sehr wichtig, um die Ehe langfristig zu retten und die Eheprobleme zu lösen.

### **Hauptgesetz 1 – Zuckerbrot und Peitsche**

Das Hauptgesetz 1 besteht aus 5 Kapiteln. Die Kapitel im Hauptgesetz 1 führen aber nur dann zum Erfolg, wenn Sie die restlichen 9 Gesetze ebenfalls diszipliniert umsetzen. Hier geht es um den geschickten Einsatz und der richtigen Mischung zwischen „Zuckerbrot und Peitsche“. In den meisten Ehen gibt es meist nur Zuckerbrot oder nur die Peitsche. Entweder sie wird zuviel in den Himmel gehoben oder nur niedergemacht. Im Report erkläre ich, wie Sie die richtige Mischung finden und was man alles dafür tun muss.

### **Kapitel 1 - Wie setze ich einen neuen Style ein, um bei meiner Frau zu punkten?**

Ein „Style“ ist für eine Frau sehr wichtig. In diesem Kapitel wird anhand von Beispielen erklärt, wie Sie mit einfachen Mittel den „Style“ einsetzen um bei Ihrer Frau zu punkten!

### **Kapitel 2 -**

### **Wie komme ich bei anderen Frauen unauffällig gut an?**

Wenn Sie neben Ihrer Frau mit anderen Frauen flirten, werden Sie schnell größere Probleme bekommen. Trotzdem ist es sehr wichtig, dass Ihre Frau merkt, dass Sie auch noch bei anderen Frauen gut ankommen. In diesem Kapitel erfahren Sie, wie Sie das anstellen, ohne dabei aufzufallen. Nebenbei macht es auch noch Spaß.

### **Kapitel 3 -**

#### **So spiele ich mit Ihrem optischen Perfektionismus**

Ich kenne keine Frau, die nicht einen gewissen Perfektionismus bezüglich Ihres optischen Aussehens entwickelt hat. An uns Männer geht das meistens spurlos vorüber, weil wir diesen Perfektionismus nicht verstehen. Nichts ist leichter als damit zu spielen. Da es aber ein sehr sensibler Punkt ist, muss man sehr vorsichtig sein. Wenn man es richtig macht, erfahren Sie hier.

### **Kapitel 4 - Jetzt kommt die Peitsche!**

#### **So schlage ich Sie mit ihren eigenen Waffen!**

So wie wir Männer haben auch Frauen Themen, die ihnen hochwichtig sind. Das sind Themen, die ihre Weiblichkeit unterstreichen. So wie wir Männer männlich wirken wollen, wollen Frauen weiblich wirken. Zuerst muss man diese Themen kennen, um sich darauf spezialisieren zu können. Erst dann kann man sie damit sehr einfach „bändigen“ und Sie mit ihren eigenen Waffen schlagen.

### **Kapitel 5 - So inszeniere ich mich im Alltag**

Eine Ehe ist auch nach 5 Jahren noch nicht „einbetoniert“. Viele Männer lassen sich gehen und nehmen Ihre Frau als selbstverständlich hin. Die kleinen Hilferufe werden überhört, deswegen gehen so viele Beziehungen in die Brüche. Vor allem wird auch nach vielen Jahren jede kleine Veränderung Ihrerseits von Ihrer Frau registriert. Deswegen ist es auch sehr wichtig, dass Sie sich im Alltag inszenieren. Wenn man die Regeln in Kapitel 5 beachtet, ist das ist ohne viel Aufwand möglich und verfehlt Ihre Wirkung nicht.

### **Gesetz 2 -**

#### **Wie ich mit kleinen Geschenken wesentlich mehr erreiche als mit Großen**

Im Geheimen erwartet sich jede Frau Geschenke. Viele Männer glauben, man muss einen auf Dicke Hose machen um bei den Frauen gut anzukommen. Das stimmt überhaupt nicht. Hier erfahren Sie, wie Sie mit 4 Euro Geschenken wesentlich mehr Eindruck machen als mit teuren.

### **Gesetz 3 - Überraschungen planen -**

#### **Wie ich meine Frau gekonnt überrasche, dass sie sich ein Jahr lang darüber freut!**

Jede Frau ist neugierig und freut sich auf Überraschungen wie ein kleines Kind. Gesetz 3 widmet sich diesem Thema und zeigt anhand von Beispielen, was da alles möglich ist. Das ganze hat ungeahnte Auswirkungen auf Ihre Ehe.

### **Gesetz 4 -**

#### **Wie ich richtig Streite und wo ich Recht haben muss**

Streitereien und Diskussionen sind ein täglicher Begleiter in jeder Ehe. Streitereien arten schnell zu persönlichen Beleidigungen aus und gefährden so die gesamte Ehe. Hier lernen Sie „richtig streiten“ und wissen dann, wo Sie nachgeben können und wo Sie Recht haben müssen.

### **Gesetz 5 -**

#### **Wie löse ich Ihre Probleme, oder muss ich das überhaupt?**

Frauen haben so eine Art „Rede-Gen“ eingebaut und verstehen es außerdem recht gut, aus einer Mücke einen Elefanten zu machen. Bei durchschnittlich 20.000 Wörtern am Tag kann das vorkommen. Für uns Männer ist das häufig eine große Belastung. Wie Sie richtig darauf reagieren und damit umgehen lesen Sie im Gesetz 5.

### **Gesetz 6 -**

#### **Wie gehe ich richtig mit Ihrem Umfeld und Ihrer Familie um**

Ihre Frau hat zig Jahre lang vor Ihnen auch schon gelebt und daher intensive Beziehungen zum Freunden und Familie aufgebaut. Das darf man nicht unterschätzen. Oft ist es aber nicht einfach, weil welche dabei sind, die einem das Leben schwer machen oder die man einfach nicht ausstehen kann. Entscheidende Infos, wie Sie damit richtig umgehen ohne Ihre Ehe auf die Probe zu stellen, bekommen im Gesetz 6 des Reports „Die 10 Gesetze, mit denen Sie Ihre Ehe retten“

### **Gesetz 7 - Bei ausgewählten „Kleinigkeiten“ immer helfen –**

#### **Dann erledigt sie den Rest ganz automatisch**

Ein sehr schwieriger Punkt in jeder Ehe ist es, auszuhandeln, wer was erledigt. Ständig wird abgewogen und diskutiert, wer mehr für die Partnerschaft, den Haushalt usw. tut. Emanzipierte Frauen verlangen immer mehr. Wir sollen das Geld nach Hause bringen und mindestens 50% im Haushalt helfen. Es gibt aber einen goldenen Weg, wo Sie an diesen Problemen vorbeispazieren. Gesetz 7 zeigt, wo Sie helfen müssen, damit Ihre Frau den Rest ganz von alleine erledigt.

### **Gesetz 8 – Der richtige Umgang mit der Eifersucht und warum Sie dann noch mehr auf mich steht!**

In der Verliebtheitsphase kann man ohne den Geliebten nicht atmen. Ist die Euphoriephase vorbei, beginnt eine neue, genauso wichtige Phase in der Partnerschaft. Viele versäumen es da, loszulassen. Gelingt einem das nicht, ist das häufig der Anfang vom Ende einer Ehe. Wenn sie Ihr das Tor zur Freiheit immer offen halten, wird Sie immer wieder zurückkommen. Wie Sie das genau anstellen und wie Ihre Frau dadurch noch mehr auf Sie steht, steht im Gesetz 8.

### **Gesetz 9 - Der Sex**

#### **Was muss ich tun, damit meine Frau freiwillig mehr Sex will und im Bett aktiver wird?**

Ein sehr wichtiger Punkt für uns Männer. Nach der Verliebtheitsphase herrscht meist ein Ungleichgewicht: Er will, sie nicht! Das belastet uns sehr und meistens werden obendrein unsere Wünsche und Phantasien nicht erfüllt! Frustrierend. Und dann benutzt Sie den Sex noch als Machtinstrument, um mehr Macht in der Ehe zu bekommen, weil es unser Schwachpunkt ist! Wenn Sie aber alle 10 Gesetze diszipliniert umsetzen, werden Sie im Bett eine deutliche Verbesserung erleben. Im Gesetz 9 des Reports „Die 10 Gesetze, mit denen Sie Ihre Ehe retten“ wird genau darauf eingegangen, was Sie tun müssen, damit ihre Frau im Bett wieder aktiver wird und freiwillig mehr Sex will.

## **Gesetz 10 -**

### **Wie baue ich ein „Eheguthaben“ für schlechte Zeiten auf?**

Durch die Tatsache, dass sich eine Ehe ständig dynamisch verändert, kann es schnell passieren, dass schlechte Zeiten anbrechen. Sie entwickelt sich weiter und verändert sich, eine „alte Liebe“ taucht auf, sie will mehr Freiheiten, diverse Schicksalsschläge, oder Sie hat auf einmal andere Vorstellungen von einer Ehe. In solchen Situationen wird die Ehe auf die Probe gestellt. Wenn keine gesunde Basis vorhanden ist, kann die Ehe schnell in die Brüche gehen. Heute wird schon fast jede 2 Ehe geschieden! Im Gesetz 10 erfahren Sie einige Strategien, die Ihre Ehe „zusammenschweißt“. Diese gemeinsame Basis rettet Ihre Ehe in schlechten Zeiten.

### **Was bringt es mir wirklich, wenn meine Frau im Griff habe?**

Wenn Sie Ihre Frau im Griff haben, dann ist Ihre Ehe gerettet. Sie haben in Ihrem Leben mehr Sex und mehr Spaß! Sie werden dadurch selbstbewusster und zufriedener. Sie sind entspannter, ausgeglichener und bringen dadurch automatisch mehr Leistung in der Arbeit. Daraus ergibt sich eine höhere Gehaltserhöhung oder beruflicher Aufstieg. Sie üben Ihre Hobbys mit mehr Freude aus und Ihre Freunde haben mehr Respekt vor Ihnen weil Sie selbstbewusster auftreten!

Zum Preis von nicht einmal einem Abendessen können Sie sich dieses Glück jetzt kaufen. Dieses Glück kann man in Geld gar nicht aufwiegen. Eine Scheidung kann die finanzielle Basis eines Mannes komplett ruinieren. Ich erinnere mich dabei immer wieder an die Worte von Peter. Ich habe ihn mal gefragt was ihm in seinem Leben Spaß macht. Er lächelte nur und sagte er lebt nicht, er „existiert nur“. Sie müssen wissen, Peter verdient zwar als leitender Techniker fast 2.000 Euro netto im Monat.

Er muss aber das meiste an seine Exfrau und an seine 3 Kinder bezahlen. Ihm bleibt nicht mehr viel übrig. Da investieren Sie doch lieber EUR 29,90 in „Die 10 Gesetze, mit denen Sie Ihre Frau in den Griff bekommen“, die in 20-jähriger Detailarbeit entwickelt wurde und ich garantiere Ihnen, dass sie Ihre Ehe retten und sich Ihre Lebensqualität deutlich verbessert! Natürlich funktioniert das nur, wenn Sie alle 10 Gesetze umsetzen. Es gibt dafür klare Vorgaben, was Sie sich aufschreiben müssen und in welchem Zeitintervall Sie es umsetzen müssen. Sie werden Ihre Frau nicht mehr wieder erkennen, sie wird strahlen, sie wird sich viel mehr um Sie bemühen und es wird wieder so sein, wie zu Beginn Ihrer Beziehung.



**Die 10 Gesetze  
mit denen Sie Ihre Frau  
in den Griff bekommen!**

Ich bin so sehr vom Erfolg der 10 Gesetze überzeugt, dass ich eine Zufriedenheitsgarantie anbiete. Wenn Sie nicht zufrieden sind, dann bekommen Sie Ihr Geld zurück. Das ist einmalig. Es ist aber noch nie passiert, ganz im Gegenteil, ich bekomme zahlreiche Mails von zufriedenen Lesern, die mir mitteilen, wie Sie ihre Ehe gerettet haben, sich ihre Ehe deutlich verbessert hat und wie dadurch ihr Selbstbewusstsein auch in der Arbeit und im Freundeskreis gestiegen ist. Alternativ gibt es auch ein Email-Coaching oder ein persönliches Gespräch, die kosten aber das dreifache bzw. das zehnfache des ebooks. Die günstigere Alternative ist daher „Die 10 Gesetze, mit denen Sie Ihre Frau in den

Griff bekommen“ den ich in den letzten 20 Jahren entwickelt habe. Schwerpunkt dabei war nicht theoretisches Wissen, sondern praxisnahe Analysen, offene Gespräche und Erfahrungswerte. Nur so erfährt man die ganze Wahrheit.

Laden Sie sich jetzt „Die 10 Gesetze, mit denen Sie Ihre Frau in den Griff bekommen“ unter dem Direktlink <http://www.meine-Frau.eu> herunter. Der Aufwand dafür beträgt nicht einmal eine Minute. Die vollständigen 10 Gesetze stehen Ihnen dann sofort zur Verfügung. Keine Angst, beim Verwendungszweck steht nur „Die 10 Gesetze“, es wird also alles diskret behandelt.

## **Lesermeinungen**

### **Paul, 32, aus München:**

Meine Frau ist mir immer mehr abhanden gekommen. Ich habe keinen Zugang mehr zu ihr gefunden. Sie wollte sich ständig irgendwie selbst verwirklichen. Sie hat mich teilweise wie Luft behandelt! Für mich war klar, dass der Zeitpunkt kommen wird wo sie die Scheidung will. Das wäre eine Katastrophe gewesen. Durch die Notfallmaßnahmen habe ich es gerade noch verhindern können. Nachdem ich mir dann die 10 Gesetze gekauft hatte, konnte ich unsere Probleme viel einfacher lösen. Auf einmal will sie wieder mehr Zeit mit mir verbringen. Meine Frau ist viel aufmerksamer und ich merke, wie sich unsere Ehe wieder stabilisiert. Ich finde, die 10 Gesetze bringen jeder Ehe was, auch wenn alles in Ordnung zu sein scheint! Ich sage dafür Danke!

### **Thomas, 38, aus Celle:**

Ich muss ehrlich sein, auf das wäre ich nie gekommen. Ich habe nicht im Traum daran gedacht dass solche Details für Frauen so wichtig sind. Mir war das immer völlig egal. Meine Frau fährt voll drauf ab. Wir hatten schon sehr große Eheprobleme und ich wusste nicht mehr weiter. Nachdem ich mir im Internet die 10 Gesetze gekauft habe und ich sie schon eine Weile anwende, wirkt Sie bereits jetzt schon viel offener und bemüht sich viel mehr um mich. Ich glaube, das wird wieder was. Ich kann daher die 10 Gesetze nur weiterempfehlen.

**Markus, 27, aus Seelscheid:**

Bis jetzt hat meine Frau immer getan was sie will. Sie hat genau gewusst dass sie sehr weit gehen kann. Ich steh einfach voll auf sie, aber richtig glücklich war ich nicht mehr. Eigentlich war ich schon verzweifelt. Durch das ebook „Die 10 Gesetze“ ist mir einiges klar geworden. Bei einigen Gesetzen tat ich mir anfangs schwer, sie umzusetzen, aber als ich sah wie mich Susi im Alltag wieder mehr beachtete, wurde ich mutiger. Mittlerweile kann ich sagen, dass ich meine Frau Susi wieder ganz gut im Griff habe und Sie wieder viel mehr auf mich steht. Der Kauf der 10 Gesetze hat sich auf jeden Fall ausgezahlt.

**Franz, 42, aus Deggendorf:**

Eigentlich war das Thema für mich schon lange gegessen, ich hatte mich damit abgefunden wie es eben ist. Meine Frau machte ihr Ding, ich meines. Wir hatten uns zunehmend auseinander gelebt. Ich hab nicht mehr gewusst ob sie mir noch treu ist oder nicht. Durch das ebook bin ich wieder draufgekommen, welche schönen Dinge man in einer Ehe auch nach vielen Jahren noch erleben kann. Ich mach mir jetzt um meine Ehe viel mehr Gedanken und genieße die Zeit mit Ihr viel bewusster. Meine Frau merkt das auch und wirkt ebenfalls viel glücklicher. Es ist jetzt wieder mehr Leidenschaft da. Ich bin sehr froh, dass ich die 10 Gesetze gekauft habe.

**Viel Erfolg beim Umsetzen der 10 Gesetze wünscht**

David Bauer

Autor und Betreiber der Website

**PS:** Wenn Sie sich jetzt „Die 10 Gesetze, mit denen Sie Ihre Frau in den Griff bekommen“ unter dem Link <http://www.meine-Frau.eu/> runterladen, bekommen Sie zusätzlich wichtige Internet - Linktipps kostenlos dazu!