



Josef
**SO FINDET IHR
 EURE TRAUMFRAU**
 Indem man sie keines-
 falls verkrampft sucht.
 Sie steht irgendwann
 da! Bis dahin vor
 allem mit sich selbst
 im Klaren sein.

Hilde
**SO FINDEN SIE IHREN
 MÄRCHENPRINZEN**
 Sich selber lieben lernen und
 glücklich sein. Nach dem Gesetz
 der Resonanz tritt dann ein
 dich liebendes und glückliches
 Gegenüber in dein Leben :)

Jeder Generation ihren unverzichtbaren Ratgeber in Sachen Liebe und Beziehung. Wir haben Hilde Fehr, die als Coach für Selbstwertthemen, Paare und Singles zum charmanten Dr. Sommer der Gegenwart avancierte, und in die mystische Form eines Einhorns gegossen daherkommt – lebensverbessernd und immer gepaart mit einem schonungslosen Angriff auf unsere Lachmuskeln. Nach ihrem Bestseller „Endlich lieb ich mich! Du dich auch? Eine Anleitung zum Ausstieg aus dem Schönheitswahn“ schrieb sie nun eine bezaubernde Liebesgeschichte. Ihre eigene. Denn die Mutter zweier pubertierender Kinder fand, nach acht Single-Jahren glücklich am Höhepunkt ihrer neu-entdeckten Selbstliebe angekommen, ihren Mr. Right: Josef Hintermayer, seines Zeichens Weinbauer aus der Region Wagram. Nein, er ist kein „Winzer“, das wäre ihm zu modern – er ist Bauer, wenn auch ein weit gereister und mit einer gehörigen Portion an Selbstsicherheit und Standfestigkeit ausgestattet. Ein Gespräch mit der Künstlerin und ihrem Mister Märchenprinz, die „Konflikte wie das Salz in der Suppe“ genießen. Und wenn sie nicht gestorben sind, dann streiten sie noch heute...



Hilde Fehr
 Mister Märchenprinz
 Und wenn sie nicht gestorben sind,
 dann streiten sie noch heute
 ISBN 978-3-903151-00-0

Bücher, die über www.hildefehr.at bestellt werden, werden mit persönlicher Widmung versendet, auf Wunsch auch mit Josefs Wein „Mister Märchenprinz“

DER WEINBAUER & DIE KÜNSTLERIN

Wie findet man seinen Märchenprinzen, wie seine Traumfrau? Ganz einfach, meinen Kabarettistin Hilde Fehr und ihr Weinbauer Josef Hintermayer aus Grossweikersdorf. Man muss nur gut vorbereitet sein. Die Geschichte einer großen Liebe. Kein Märchen!

Text: Angelica Pral-Haidbauer Fotos: Hilde Fehr/privat

NIEDERÖSTERREICHERIN: Frau Fehr, nach acht Jahren Singleleben haben Sie ihren Mister Märchenprinz gefunden. War es Schicksal oder harte Arbeit an der Frau?
Hilde Fehr: Ehrlich gesagt war es harte Arbeit (lacht). Nämlich insofern, als dass ich zuerst einmal draufkommen musste, was man selber alles denkt, erwartet und will. Sprich, ich merkte erst nach einigen Jahren, was für einen „Anforderungskatalog“ ich an „den Mann“ hatte. Und egal wie oft wir Frauen sagen, „Männer sind unsensibel“, die sind da sehr sensibel zu spüren, was Frau für ein Erwartungspaket im Sinne von „Du bist der Märchenprinz – also mach mich endlich glücklich!“ vor uns hertragen. Und dass dann das Gegenüber davon rennt, wundert mich heute gar nicht mehr. Das heißt, ich musste mir meine „Märchenprinz-erlöse-mich“-Sehnsüchte zuerst eingestehen, und dann habe ich ihn mir in Form eines Kuchens gebacken und im Garten beerdigt, samt Silbertablett von meiner Aussteuer meiner Großmutter dazumal (lacht). Und als Krönung habe ich mich selbst

geheiratet und zur Märchenprinzessin gekürt. Was so viel heißt wie: ab nun mache ich mich selbst glücklich, indem ich mich liebevoll behandle und gut und treu für mich Sorge. Und Sie werden es nicht glauben, genau dann ist „er“ gekommen...
Sie sagen, Singles seien „Mutpioniere“, warum?
 Weil sie diesen Prozess zulassen. Weil sie sich mit sich selbst auseinander setzen (müssen!). Weil Sie es durchstehen, dass sie vom Tag x aus einer bestimmten Gesellschaft ausgegrenzt werden. Oder kennen sie einen einzigen Film, der als Happy-End das Single-Leben heroisiert? Es erfordert Mut, sich allem alleine zu stellen, mit der Einsamkeit fertig zu werden. Die Sehnsucht nach Nähe und Zärtlichkeit zu spüren und diese nicht durch leere One-Night-Stands zu füllen, um am nächsten Morgen noch leerer aufzuwachen. Es erfordert Mut alleine zu bleiben, obwohl die Gesellschaft dir täglich suggeriert: „Du bist nur halb!“ Denn irgendeinen „Deppen oder eine Deppin“ gäbe es an jeder Ecke, nur damit man nicht alleine sein muss. Und

viele Menschen harren aufgrund der Angst vor dem Alleinsein in einer sie abwertenden und demütigenden Beziehung weiter aus. Weil sie den Mut nicht haben!
Sie meinen auch, die Traumfrau und der Märchenprinz seien ein Märchen, an das unser Unterbewusstsein dennoch glauben will. Wie schaltet man es aus?
 Zuerst sich selbst lieben lernen. Wenn man das wirklich tut, wird einem auch bewusst, wie unperfekt man selbst ist. Und wenn man sich dann „trotzdem“ liebt, kann man auch anfangen einen anderen „unperfekten“ Menschen zu lieben. Aber erst dann. Denn solange man sich selbst nicht annimmt, fantasiert man weiter -von sich selbst als perfektes Wesen und dementsprechend vom Gegenüber, das nie genügen wird. Das heißt im weiteren Sinn, dass man sich nur selbst glücklich machen kann. Und wenn man das begriffen hat, dann hat man die unterbewussten Sehnsüchte nach Erlösung vom anderen bewusst gemacht und kann sie in den Müll kippen (lacht).

WORDRAP

HILDE:

5 DINGE, DIE ICH AN MEINEM WEINBAUERN LIEBE

Seine Verlässlichkeit
Immer für mich da zu sein, wenn ich ihn brauche
Seine Geschenke, die mir das Gefühl geben, dass er mich tief in meiner Seele wahrnimmt
Sein sich „dehnen“ und ganz auf mich einlassen, obwohl ich die Welt konträr sehe
Unser Sex

5 DINGE, DIE MICH AN MEINEM MÄRCHENPRINZEN NERVEN

Seine Besserwisseri
Das Pfandflaschen-Damoklesschwert
Der Lichtausschalt-Terror
Der Fenstergriff-muss-parallel-zum-Fensterrahmen-Tick
Die Verhaltensvorschriften-Vorträge nachher im Auto darüber, was ich in Gesellschaft anscheinend wieder Verkehrtes gesagt hätte...

JOSEF:

5 DINGE, DIE ICH AN MEINER KÜNSTLERIN LIEBE

Ihre Kuschelbedürfnisse und daraus resultierende, fantastische Kuscheleinheiten
Die ehrliche Offenheit und den Tiefgang
Den Humor und die Fähigkeit auch über sich selbst Witze zu machen
Ihren Körper und die Zweisamkeit mit diesem :)
Ihr Vertrauen und die Bereitschaft auf mich einzugehen

5 DINGE, DIE MICH AN MEINER TRAUMFRAU GANZ SCHÖN NERVEN

Die Rechthaberei (apropos „Machtkampf“;-)
Die Vorgaben von Äußerlichkeiten
Die gelegentlich fehlende Toleranz beim Annehmen der Menschen, wie sie sind
Das Teilen sämtlicher Intimitäten mit der ganzen Welt
Ihr äußerst leichter Schlaf



Ist also das Ablegen der berühmten „rosa Brille“ Voraussetzung für eine glückliche Beziehung?

In dem gerade beschriebenen Sinne JA! Weil dann niemand von beiden perfekt sein muss!

In Ihrem autobiografischen Buch legen Sie ja einen ziemlichen Beziehungsstrip hin. War das für Ihren Josef nie ein Problem?

Er steht dazu, wenngleich es für ihn eine Gratwanderung war. Danke, mein Josef! :)

Sie sind Schauspielerin und Kabarettistin wie auch Lebens- und Sozialberaterin und führen eine „Beziehungsambulanz“ auf Ihrer Homepage. Kommen sich die beiden Berufswelten nicht auch in die Quere?

Das dachte ich früher auch. Inzwischen habe ich einen großen gemeinsamen Nenner gefunden: „Inspirierend leben!“ Das vereint für mich alles, wohin ich die Menschen begleiten will. Und ob sie jetzt in eine Beratung kommen, mein Buch lesen oder lachend im Kabarett inspiriert werden, ist letztendlich egal. Wichtig ist mir einfach, dass meine Botschaften, für die ich stehe, ankommen: Mut zur Leichtigkeit und mehr über sich selbst lachen, sich selbst und andere „mit Liebe“ und „Mut zur Unperfektheit“ begegnen, und immer an sich selbst „arbeiten“. Nicht warten bis der andere etwas än-

dert, sondern einfach selbst etwas ändern. Kurz, die Verantwortung für sein Glück selbst übernehmen.

Für Euch sind Konflikte „Salz in der Suppe“. Was, wenn die Suppe einmal grob versalzen schmeckt?

Diese Frage liebe ich. Denn mein lieber Josef hasst jedes Salz in dieser Suppe. Er träumt immer noch von der „immer harmonischen Traumfrau“. Und das ist eben leider auch ein Teil der Kategorie „Märchen“. Die Realität ist, in dem Moment, wo zwei Menschen sich nahe kommen, gibt es irgendwann Konflikte. Jetzt kann man natürlich glauben, wenn ich sie nicht anspreche, dann sind sie nicht da. Aber dann sind wir wieder im Märchenprinz-Bereich. Und im „realen Leben“ helfen die Tools von IMAGO unendlich. Ich bin ja auch Professional-Imago-Facilitator und da flechte ich immer wieder Übungen davon in unseren Alltag ein. Und ich muss wirklich gestehen, umso mehr wir aus dem Machtkampf „Wer hat

Recht?“ aussteigen und lernen, das es für JEDE Situation zwei Wahrheiten gibt, die nebeneinander stehen dürfen - also umso mehr wir lernen, das Anders-Sein des anderen zu akzeptieren, desto spannender wird es für beide, weil wir so viel voneinander lernen können.

Sie lieben Prosecco und Bier - lieben aber einen Weinbauern. Was wird bei Euch getrunken?

Der Märchenprinz-Wein - ohne jetzt Product-Placement machen zu wollen (lacht). Im Ernst, seit es diesen Wein gibt, kann ich kaum mehr etwas anderes trinken - außer seinen Chardonnay! Ja, und Josef - er trinkt auswärts meistens Bier...

Hand aufs Herz, gibt es die Ripp-Unterwäsche noch - so als romantische Erinnerung an die erste Liebesnacht?

Leider nein, aber das wäre eine super Idee gewesen!