



Wir zwei



Der Ehepaar

*Immer
wieder neu*

Ausgabe 62

Newsletter aus Schönstatt

Liebes Ehepaar,

wir stehen am Beginn der Fastenzeit. Sie will keine düstere, unattraktive, langweilige Zeit sein, die möglichst schnell vorbei gehen soll, um Ostern Platz zu machen. Sie kann gerade für uns als Ehepaar eine spannende Entdeckungsreise werden zueinander und zu unserem Leben mit Gott.

Viel Pioniergeist wünschen Ihnen

Claudia und Heinrich Brehm

Beziehung braucht Entschiedenheit

Martin ist sehr engagiert im Fußballverein. Nur Mittwoch Abend nimmt er keinerlei Termine an und wenn sie noch so wichtig wären. Da spielt er eine Stunde mit den Kindern, dass Ulrike, seine Frau, mal Zeit zum Lesen hat. Dann übergeben sie die Kinder an den Babysitter und gehen miteinander aus. Zuerst belächelt von den Kollegen, inzwischen geschätzt und bewundert dafür, fragen seine Fußballfreunde an, wie sie denn das auch hinbekommen könnten.

Die Ehe braucht wunderschöne Momente, Verliebtheit, tolle Gefühle. Sie braucht aber auch entschlossene, konsequente Arbeit, jeder an sich selbst und gemeinsam an unserem Miteinander.

Unsere Beziehung braucht Entschiedenheit. Wir haben uns vor Monaten oder Jahren das Ja-Wort gegeben. „Ja, ich stehe zu dir, egal wie das Leben spielt. Ja, du gehörst zu mir, wir erwandern zusammen alle Klippen, Steilküsten, Schluchten und Täler.“ Dieses Ja füreinander hebt den Schwebezustand der Unsicherheit auf, beflügelt und motiviert zu Klarheit und Sicherheit und schafft Intimität. Liebe wächst auf dem Boden der Verbindlichkeit. Wenn keine klare Entscheidung füreinander erfolgt, beginnt sie irgendwann auf der Stelle zu treten und sich – je nach Tempera-

ment der Partner – lautstark oder lautlos davonzuschleichen.

Nach dieser einen großen Entscheidung füreinander braucht es nun unzählige kleine Alltagsentscheidungen, die das „Du bist für mich der wichtigste Mensch in meinem Leben“ umsetzen helfen, greifbar und erlebbar machen.

Bestätigt zum Beispiel unser Terminkalender dieses Bekenntnis vom wichtigsten Menschen? Sind da Freiräume, Räume für den Partner trotz Überstunden, Kinder, Sport, Musik, Hobby? Kommt die freie Zeit für mich selbst und meinen Partner immer nur dann, wenn noch was übrig bleibt oder ist sie – wie bei Martin – fest im Kalender eingetragen?

Kommen wir unseren Zeitfressern auf die Spur? Gerade die Fastenzeit ermutigt uns, sparsamer mit Fernsehen, Internet, sozialen Netzwerken, Shopping, Perfektheitsansprüchen umzugehen und die gewonnene Zeit für Beziehung einzusetzen. Jeder streicht bei sich. Damit bekommen wir zwei freie Stunden füreinander.

Jetzt ist Kreativität gefragt. Wir laden uns gegenseitig zum Kaffee ein und erzählen uns 15 Minuten vom Tag. Jeder bekommt 7 Minuten, in denen der andere zuhört. Wir feiern miteinander. Clara und Karl öffnen immer samstags einen Rotwein ihrer oder seiner Liebingsorte und überlegen, was es diese Woche zu feiern gab. Am Anfang etwas mühsam, inzwischen finden sie gewaltig viel Nichtselbstverständlichkeiten (Postkarte von Freunden, die geglückte Mathearbeit des Sohnes, das Lob vom Chef, die Gesundheit des Opas, ...). Wir lösen unser Gutscheinebuch ein (mal ein Restaurantbesuch, mal ein Theater-/Konzertbesuch ...). Wir kochen gegenseitig füreinander und essen bei Kerzenlicht.

Eine Alltagsentscheidung für dich: ich gehe nicht ins Bett, ohne dich wenigstens einmal am Tag liebevoll berührt zu haben und meinen Blick auf dir ruhen zu lassen. Heute schon den **fiS**-Blick eingesetzt, **fünf intensive Sekunden**?

Eine Alltagsentscheidung für dich: ich beschimpfe dich nicht, verdrehe nicht die Augen und mache keine wegwerfende Handbewegung gegen dich. Du bist es mir wert, dass ich dir in „unschrillem“ Ton mitteile, was mir gerade gegen den Strich geht, mich ängstigt oder wütend macht. Wir beide werden eine gute Lösung finden. Denn einmal haben wir entschieden: du bist für mich der wichtigste Mensch in meinem Leben! Das gilt, ohne Wenn und Aber!



Wenn wir moderne Menschen Gott wieder neu in uns entdecken würden, dann wären wir immer ruhig, immer gelassen, immer geborgen.

Josef Kentenich

Anregungen für die Paar-Beziehung

- Miteinander feiern wir unsere große Entscheidung, geheiratet zu haben. Wir erinnern uns zurück und teilen einander mit: An was denkst du, wenn du dich an unsere Hochzeit erinnerst? Was hat mich damals so angezogen an dir, was ist es heute? Wir öffnen den Sekt und das Album!
- Wir tauschen uns aus: welche der „kleinen Alltagsentscheidungen“ wollen wir in dieser Fastenzeit bis Ostern umsetzen, damit du spürst: Du bist für mich der wichtigste Mensch in meinem Leben!

Anregungen für das Leben mit Gott

- Wir versuchen durch diese Wochen bis Ostern täglich ein Tischgebet (ein neues zu lernen, an die Kinder verteilen ...) *Oder:*
- Vor Ostern kommt Karfreitag: Tod Jesu am Kreuz. Ausgespannt zwischen Himmel und Erde, ist er ein Zeichen für Spannungen auszuhalten. Wo sind bei uns Spannungen im Beruf, Familie, Nachbarschaft, die wir Jesus immer wieder hinhalten und ihn um Lösung bitten können?



| Ehepaar-Newsletter | Herausgeber: Schönstatt-Familienbewegung, Berg Nazareth, Hörner Straße 115, 56179 Vallendar, 0261-64006-12 | Erscheinungsweise digital zum 18. des Monats | Autoren dieser Ausgabe: Claudia und Heinrich Brehm, Vallendar | Gestaltung: H. Brehm | Fotos: photographmd - fotolia.com | **Bestelladresse:** ehe.newsletter@schoenstatt.de |

Wir bitten Sie, den Ehepaar-Newsletter mit ihrer Spende zu unterstützen. Kosten entstehen vor allem für Bildmaterial. Spendenkonto: Schönstatt-Familienbüro, DK Münster, IBAN: DE 4040 0602 6500 0346 1401, Stichwort „Ehepaar-Newsletter“. Vielen Dank!