



*Wir zwei*



*Immer  
wieder neu*

Der Ehepaar

Ausgabe 16 • Nr. 4 • 2014  
Newsletter aus Schönstatt

*Liebes Ehepaar,*

**Hoffnung auf Ostern:** Es gibt sie – die Totstrecken auf dem gemeinsamen Lebensweg, wo man sich von allen Energie- und Freudenquellen abgeschnitten erlebt. Dann ist es mühsam, sich von Tag zu Tag weiterzuschleppen. Aber wir dürfen damit rechnen, dass wir bald wieder in den Bereich einer „stromführenden Oberleitung“ kommen. Das fühlt sich dann an wie Ostern.

Deshalb wünsche und erbitte ich Ihnen eine quicklebendige Osterzeit voller (vielleicht wiedergewonnener) Vitalität.

*Ihre Pater Elmar Busse*

## Totstrecken überwinden

*Ein Bahnerlebnis der besonderen Art hatten Reisende am 17. Februar 2014 auf der Strecke von Kufstein nach München. Der erst seit kurzem in Betrieb genommene Triebwagen des Typs „Flirt“ der Meridian-Bahn blieb an der Grenze genau an der Stelle stehen, wo die Oberleitung keinen Strom führt. An allen Grenzübergängen gibt es sogenannte Streckentrenner, wodurch das österreichische vom bayerischen Stromversorgungsnetz getrennt wird. Normalerweise rollt ein Zug mit Schwung über diese kurzen stromlosen Abschnitte, aber da die Elektronik dieses neuen Fahrzeugtyps schon vorher streikte war der Zug zu langsam und blieb stehen. Anstatt nun auf eine Diesellok zu warten, die den Triebwagen, der ja immerhin 114t wiegt, zum nächsten stromführenden Abschnitt zu schieben, bat der Lokführer die sportlichen Reisenden, doch auszusteigen und den Triebwagen anzuschieben. Da der Reibungswiderstand zwischen Rädern und Schiene gering ist, schafften das die Reisenden und schoben den Zug so weit, bis er wieder aus eigener Kraft die Fahrt fortsetzen konnte.*

### In den Burnout schlittern

**D**iese Begebenheit kann zum Bild werden für eine Wirklichkeit, mit der sich immer häufiger Ehepaare konfrontiert erleben: dass einer oder beide in eine Art Burnout schlittern. Wie dann damit umgehen?

**W**enn die seelischen Batterien leer sind, dann können auch keine Gefühle mehr entstehen. Der eine empfindet nichts mehr für den anderen. In einer Zeit, in der im Namen der Echtheit Gefühle oft überbewertet werden, kann es dann leicht zu falschen Schlussfolgerun-

gen kommen: „Weil du mich nicht mehr liebst, müssen wir uns trennen.“ Oder: „Weil ich dich nicht mehr liebe, müssen wir uns trennen.“ – Doch solche Lebensphasen sollten kein Trennungsgrund sein.

**E**ine Ehefrau hatte ihre alte Mutter über mehrere Jahre aufopferungsvoll gepflegt. Als die Mutter dann gestorben war, fiel die Tochter ins Loch der Erschöpfungsdepression. Sie hatte in den letzten Monaten über ihre Verhältnisse sich verausgabt, aber weil sie vermeintlich funktionieren musste, hatte sie weitergemacht. Nach dem Tod der Mutter zog der Körper die Notbremse.

Nichts ging mehr. Dabei hatte sie mit ihrem Mann öfters davon geträumt, was sie alles unternehmen würden, wenn die Mutter einmal nicht mehr zu pflegen sei. Die Frau machte sich Vorwürfe und hatte Schuldgefühle, weil sie ihren Mann doch so enttäuschte. Dabei hatte er nie ein Wort in diese Richtung verloren.

**D**er Mann ergriff die Initiative und lud, wenn er von der Arbeit nach Hause kam, die Frau zu einem Spaziergang ein. Und so gingen sie – meist schweigend – eine halbe bis eine Stunde spazieren. Oder sie saßen im Wohnzimmer auf der Couch nebeneinander und hörten sich Barock-CD's an. Er legte seinen Arm um ihre Schulter. So viel Nähe hielt sie gerade noch aus. An Sex war nicht zu denken.

**N**ach ca. drei Monaten regten sich langsam wieder die Lebensgeister in der Frau, sie hatte den Eindruck, wieder mehr Kraft zu haben und gewann so nach und nach auch ihre frühere Gesprächigkeit zurück. Sie ist ihrem Mann unendlich dankbar für seine unaufdringliche Nähe und Wärme in diesen dunklen Monaten. – Wenn der Mann in dieser Phase sich gesagt hätte, und das soll jetzt noch 25 Jahre so weitergehen, dann wäre er vermutlich verzweifelt. Es war für ihn sehr anstrengend, die ganze Last des Alltags allein zu tragen und seine kranke Frau noch mit. Aber er hatte die innere

Gewissheit, dass seine Frau zu ihrer alten Lebendigkeit zurückfinden würde. – Ähnlich wie die Reisenden im Zug, denen klar war, dass sie den Zug nicht bis München schieben können und auch nicht brauchen, sondern nur bis zur nächsten stromführenden Oberleitung.

## Gemeinsam das Schöne nacherleben

**P**ater Kentenich riet Ehepaaren in Milwaukee immer wieder, sie sollten sich pro Woche einen Abend für die Partnerschaftspflege reservieren, an dem sie gemeinsam zurück schauen, gemeinsam nach oben schauen und sich gegenseitig belohnen. Wie weise ein solcher Rat war und ist, merke ich bei jeder Familienfreizeit, wenn an einem der Abende die Paare einander erzählen, wie sie sich kennen gelernt und füreinander entschieden haben.

## Nach vorne schauen und träumen

**W**enn man – noch vor der konkreten Planungsphase – vom nächsten Urlaub träumt, oder vom Hausbau oder von der späteren Hochzeit der dann erwachsenen Kinder, die zur Zeit einfach nur nerven und unausstehlich sind, dann gelingt es hin und wieder, dass die unerträgliche Gegenwart ein bisschen in den Hintergrund gerät und die rosige Zukunft Vorfreude wecken kann.



*Wenn meine Brust  
gepresst ist zum  
Zersprengen  
und alle Seelenflügel  
lähmend hängen,  
wenn ich zuviel noch  
um mich selber  
kreise,  
nicht finde im Verkehr  
die rechte Weise:  
Dann ruft mein  
Ringlein aufwärts alle  
Triebe:  
„Gekommen ist die  
Stunde deiner Liebe!“*

*Josef Kentenich*

### Für unser Leben als Paar

- Wo fühle ich mich überfordert? Von dir, von anderen?
- Von was träumen wir, welcher Traum gibt uns neue Kraft für das Leben hier und heute?
- Welches Ereignis aus unserer Vergangenheit gibt mir viel Kraft und neue Begeisterung für dich, wenn ich daran denke?

### Für unser Leben mit Gott

- Wir bringen unsere Überforderungen zu ihm.
- Wir breiten sie vor ihm aus.
- Wir sprechen sie vor ihm aus.

Dadurch verlieren sie oft das Bedrohliche.



Ehepaar-Newsletter	Herausgeber: Schönstatt-Familienbewegung, Berg Nazareth, Höhrer Straße 111, 56179 Vallendar, 0261-64006-12
Erscheinungsweise nur digital zum 18. des Monats	Autor dieser Ausgabe: Elmar Busse, München
Gestaltung: H. Brehm	Fotos: © william87 - Fotolia.com
Bestelladresse: ehe.newsletter@schoenstatt.de	

Wir bitten Sie, den Ehepaar-Newsletter mit ihrer  
Spende zu unterstützen: Spendenkonto:  
Schönstatt-Familienbüro, DK Münster,  
BLZ 40060265, Kto.Nr. 3461401,  
Stichwort „Ehepaar-Newslet-  
ter“: Vielen Dank! |