



Wir zwei



*Immer
wieder neu*

Der Ehepaar

Newsletter aus Schönstatt

Ausgabe 47

Liebes Ehepaar,

den November empfinden wir oft als triste und bedrückend. Andererseits erleben wir dadurch das Heimkommen in unsere heimeligen Wohnungen als besonders schön und gemütlich. Unwillkürlich suchen wir nach Licht. Dass dies nicht im „Blenden“ zu finden ist, macht nachfolgender Impuls deutlich. Wir wünschen Ihnen Licht und Aufgehobensein im Lächeln Ihres Partners,

Claudia und Heinrich Brehm

Echt sein statt blenden

Martin gibt sich gutgelaunt, humorvoll, charmant, anregend. Deshalb ist Clara auch lange Zeit sehr stolz auf ihn und genießt die neiderfüllten Blicke ihrer Freundinnen. Mit der Zeit entwickelt er aber zwei Gesichter. Zu Hause reagiert er oft missmutig, kleinlich, schlecht gelaunt, wenig wertschätzend und ihr zugewandt. Sobald er wieder in Gesellschaft ist, verwandelt er sich in den angenehmen, von allen geschätzten Menschen. Clara nimmt eines Tages allen Mut zusammen und spricht ihn an: „Bei anderen bist du der Tolle, warum bekomme ich nichts mehr von deinen faszinierenden Seiten mit?“ Martin antwortet genervt: „Alle haben tausend Erwartungen an mich, jetzt kommst du auch noch.“ „Aber ich erwarte doch nur etwas Wertschätzung und Zärtlichkeit“, antwortet Clara fassungslos.

Selbstdarstellung ist anstrengend. Wenn einer der Partner mehr vorgibt zu sein, als er halten kann oder keine Fehler zugeben kann, dann arbeitet er angestrengt an einem schönen, aber unrealistischen Bild. Durch sein *Blenden* gerät er mehr und mehr in Stress, denn er weckt hohe Erwartungen und kommt dadurch unter Druck. Sein Partner macht sich Hoffnungen und wird dann enttäuscht. Beide drehen sich im Karussell des unverstanden Seins. So wenig wie Martin seine selbstgemachte Überforderung bemerkt, so wenig ist sich Clara bewusst, dass sie zu viel von Martin erwartet. *Ent-täuschung* ist die Folge für beide sowie innere Entfremdung, weil Gemeinsamkeiten und Berührungspunkte verloren gehen. Ent-täuschung aber ist heilsam. Sie befreit von der *Täuschung*. Sie befreit vom unech-

ten Idealbild und der sinnlosen und kräftezehrenden Anstrengung, das falsche Bild aufrecht zu erhalten.

Mut zur Echtheit

Selbstannahme ist ein Heilmittel gegen die anstrengend aufrechtzuerhaltende Selbstdarstellung. Versuchen Sie den Satz: „Es stimmt, dass viele mich attraktiv finden, aber ich weiß auch, dass ich mit diesem Verhalten manche Fehler zudecke. Ich bin froh, dass ich bei dir sein darf wie ich mich fühle und du liebst mich trotzdem.“ Das entlastet ungemein, macht ehrlich und bringt viel Leichtigkeit und Lebendigkeit zurück. Interessanterweise lässt dies wieder Freiraum für mehr Aufmerksamkeit für den Partner.

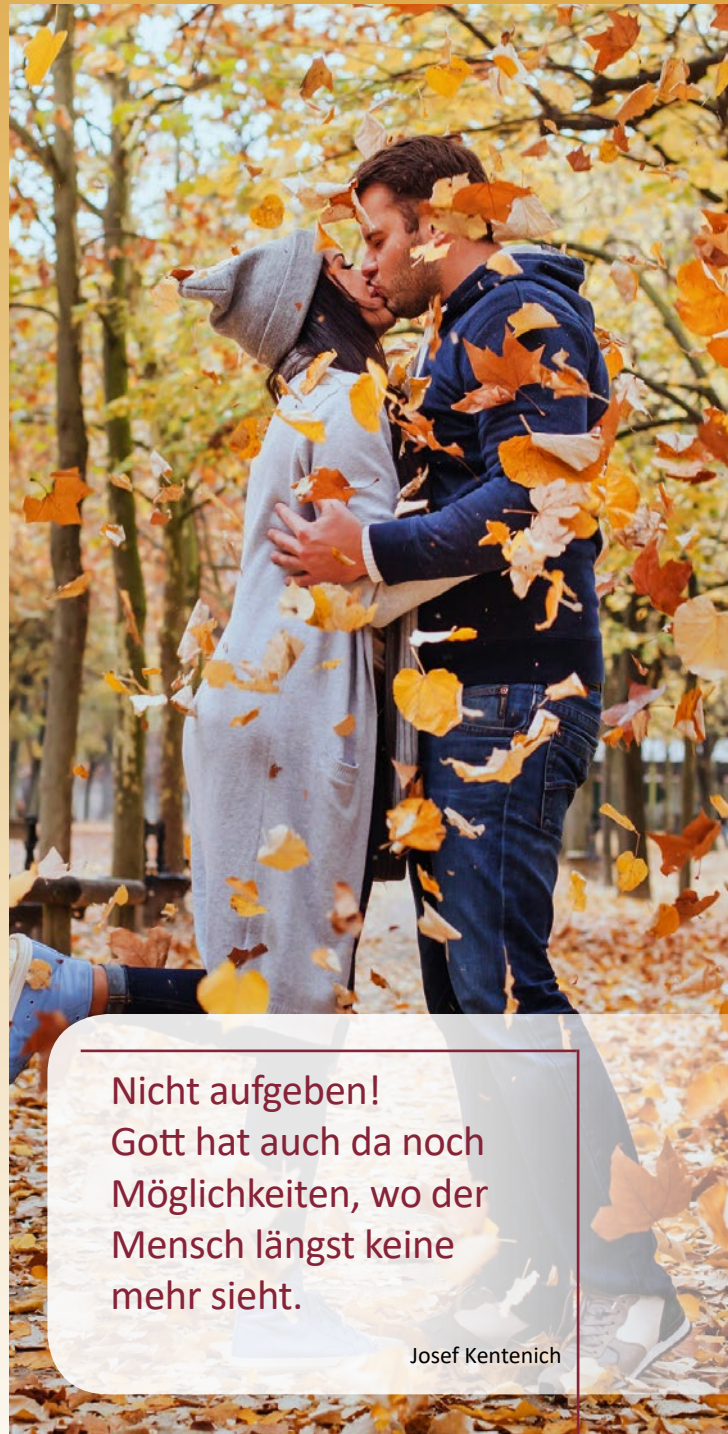
Mut zum liebevollen Durchschauen

Für den Partner gilt: es braucht zwei Menschen, damit das *Blenden* funktioniert. Der eine zeigt das schöne Bild, der andere möchte es glauben. Durchschauen Sie Ihren Partner liebevoll, dann ziehen Sie dem „Blenden“, der Selbstdarstellung den Zahn. Reife Liebe lässt Wunschvorstellungen los und hält aus, dass der andere gar nicht so locker, so humorvoll und so attraktiv ist, wie er bis jetzt schien und wie mir das gefallen hat. Wenn Sie den Schmerz aushalten, weil das Idealbild zerbrochen ist, helfen Sie Ihrem Partner dabei, die Person zu werden, die er wirklich ist und Sie befreien sich aus dem „Zu-klein-von-sich-selbst-denken“.

Platz für Gott

Die Bedürfnisse nach Nähe, Zärtlichkeit, Angenommensein, Sicherheit, Anerkennung, Unterstützung, Intimität und Lust kann eine glückliche Partnerschaft stillen. Eine Überforderung ist es, vom Partner ständiges Glück, Sinnerfüllung, Hilfe beim Umgang mit Schuld, bei der Selbstannahme und umfassendes Verstanden Sein zu erwarten. Ein Blender versucht das und überfordert sich dabei maßlos. Der Partner des Blenders sucht das und kann nur enttäuscht werden. Denn solche Bedürfnisse kann höchstens Gott erfüllen.

Wenn Gott mitten unter uns beiden ist – und das hat er bei der sakramentalen Eheschließung zugesagt – dürfen die Partner ihr Augenmerk auf die Bedürfnisse legen, die sie einander erfüllen können und sich ansonsten den Freiraum geben, dass nur Gott die andern erfüllen kann. Mit Gott im Bund kann ich auf das Blenden getrost verzichten. Denn Gott liebt mich so wie ich bin. Im Versuch, mich mit ihm zu verbünden, entwickelt sich meine Persönlichkeit. Ich muss meinen Partner nicht überfordern. Er darf so sein, wie Gott ihn dachte.



**Nicht aufgeben!
Gott hat auch da noch
Möglichkeiten, wo der
Mensch längst keine
mehr sieht.**

Josef Kentenich

Für unser Leben als Paar

- Was schätze ich an dir? Was hat mir damals imponiert, was hat mich angezogen, als ich mich in dich verliebte? Was ist es jetzt?
- Habe ich das Gefühl, ich muss wegen deiner Erwartungen in einem entscheidenden Punkt anders sein wie ich wirklich bin? Lähmt mich das, bringt mich das weiter? Wie gehen wir damit um?

Für unser Leben mit Gott:

Wir versuchen beide, Gott in unserem Alltag einen Platz einzuräumen. Hilfreich können sein:

- Stoßgebete für den Partner / die Partnerin
- Das Kind, das uns im Moment am meisten Schwierigkeiten macht, IHM an die Hand geben
- Immer wieder am Tag für die kleinen Dinge danken, die wir oft selbstverständlich nehmen, die es aber nicht sind.

