



Wir zwei



Der Ehepaar

*Immer
wieder neu*

Ausgabe 50

Newsletter aus Schönstatt

Liebes Ehepaar,

in der Ehe hat jeder der beiden Partner Bedürfnisse und Wünsche, nur verpassen wir öfters, sie einander mitzuteilen. Vielleicht haben wir auch nie gelernt, dass wir Wünsche haben dürfen und sie auch aussprechen sollten. Möglicherweise fehlt auch einfach nur die Zeit, einander in Ruhe gegenüber zu sitzen und dem Partner einen Blick in die eigene Seele zu gewähren. Eventuell kommen über Karneval/Fasnet/Fasching für Sie einige freie Tage, so dass Sie Zeit finden, sich gegenseitig ins Herz schauen zu lassen. Viel Freude dabei!

Ihre Claudia und Heinrich Brehm

Meine Wünsche – deine Wünsche

Sandra: „Willst du im Urlaub gerne campen gehen oder ziehst du einen Stadturlaub vor?“ **Bernd:** „Dir war campen letztes Jahr nicht recht, suchen wir uns also eine Stadt!“ Obwohl Sandra nichts am Campen liegt, schlägt sie vor, es nochmals zu versuchen. Bernd will ihr entgegen kommen und besteht auf der Städte-Tour, obwohl er sich den Erholungswert schlecht vorstellen kann. Es wird für beide ein Reinfall. Er verlässt kaum das Hotel, weil es überall zu voll und zu heiß ist. Sie fragt sich, warum sie nun alleine Sehenswürdigkeiten besuchen muss.

Als Ehepaar kann man sich zwar vornehmen auf die gegenseitigen Bedürfnisse einzugehen, doch ganz selbstverständlich gehen die beiden Partner dabei von ihren je eigenen Wünschen aus. Umdenken ist angesagt: Stellen Sie sich darauf ein, Bedürfnissen gerecht zu werden, die Ihnen selbst nicht so wichtig erscheinen.

Männer brauchen dringend Anerkennung und Bewunderung. Wenn ihnen das über längere Zeit vorenthalten wird, fühlen Sie sich nicht mehr wohl. Nehmen Frauen vieles zu selbstverständlich: die Reparatur des Wasserkrans, das Holz holen, die Kinder ins Bett bringen, ...? Drücken sie ihre Wertschätzung in Worten und Gesten genügend aus? – Männer verbringen gerne die Freizeit gemeinsam mit ihren Frauen. Bevor die Kinder

kamen, hat das meist gut geklappt. Durch die Sorge um die Kinder kam das zum Erliegen und nun nach der Kleinkindphase wieder etwas zu finden, das beiden gefällt, bedarf oft längeren Suchens. Durchhalten lohnt sich! – Männer haben Frauen auch einfach gerne um sich beim Fernsehen und empfinden das als gemeinsam verbrachte Zeit. Frauen verstehen nicht, dass er dadurch Gemeinsamkeit empfindet und Nähe.

Eine Frau sucht auch Nähe. Allerdings spürt sie Nähe nicht vor dem Fernseher, sondern wenn sie ihrem Mann erzählen kann von ihren Gedanken und er ihr seine Gedanken mitteilt, was er fühlt und spürt und denkt. Sie will oft nur erzählen und bräuchte einen guten Zuhörer, der sie bestätigt. Das klärt ihre Gedanken und Gefühle. Und wenn sie

dann noch sein Verständnis spürt, dann ist sie glücklich und hat die Wärme gefunden, die sie sucht.

Zärtlichkeiten öffnen eine Frau, es sind die kleinen Gesten ihres Mannes, die ihren Liebestank füllen und ihr helfen, die vielfältigen Aufgaben des Tages zu bewältigen: eine liebevolle SMS, ein Streicheln beim Vorbeigehen, ein Lob für das Essen, ein Kuss, ...

Dann gibt es da noch die ganz individuellen Bedürfnisse, die Sie als dieser Mann und diese Frau haben, die durch ihre Prägung im Elternhaus, ihr Temperament, ihre Originalität mitbestimmt sind. Das können ganz kleine einfache Dinge sein: „Ich wünsch mir nach dem Heimkommen, 10 Minuten Sofazeit, danach bin ich dann gerne für die Familie da.“ „Wenn du duschst, fände ich es toll, dass du das Handtuch aufhängst und nicht aufs Bett legst.“ ...

Fangen Sie mit dem Einfachsten an: Wann immer Ihr Partner sie fragt, wie es Ihnen geht, versuchen Sie eine ehrliche Antwort. Es entfernt Sie voneinander, wenn Sie einander nur die Standardantwort „gut“ geben und all die anderen Gedanken und Gefühle nicht mitteilen. Es bringt Nähe und Wärme, wenn Sie Ihrem Partner gegenüber detaillierter antworten: „Eigentlich gut! Ich fühle mich müde vom Tag, freue mich, bei dir zu sein, und ich genieße den aufgemachten Wein. Und wie geht es dir?“ „Nicht so gut. Ich bin innerlich unruhig über den exotischen Berufswunsch unseres Sohnes. Hättest du mal Zeit darüber mit mir zu reden?“

Auf ein Neues

Sandra: „Möchtest du dieses Jahr lieber campen oder eine Städtereise machen im Urlaub?“ **Bernd:** „Das weiß ich noch gar nicht. Weißt du schon, wo es dich eher hinzieht?“ **Sandra:** „Ich würde es gerne nochmals mit campen versuchen. Eigentlich habe ich ja letztes Jahr gesagt, nie mehr wieder. Aber ich weiß jetzt, dass mich das auf der Luftmatratze schlafen so stört, nicht das Campen an sich.“ **Bernd:** „Ach so, damit es dir Spaß macht, müssten wir eine andere Schlafgelegenheit für dich finden?“ **Sandra:** „Ja, so in der Art! Oder hättest du auch Spaß an der Städtereise?“ **Bernd:** „Eigentlich kann ich mir den Erholungsgehalt nur sehr mager vorstellen. Viel Kultur, aber wenig Natur, das ist nicht so meins. Es sei denn, wir finden eine Stadt am oder mit See oder Bergtouren. Das könnte ich mir vorstellen.“ **Sandra:** „Lass uns nochmals aufs campen schauen. Wie wäre es mit einem Wohnmobil?“ **Bernd:** Prima, schauen wir, ob es nicht zu teuer ist.“

Bereit sein ist alles!
Wofür bin ich bereit?
Ja zu sagen
zu den Wünschen der
ewigen, unendlichen Liebe.

Josef Kentenich



Anregungen für die Paar-Beziehung

- Was ist dein momentanes Grundbedürfnis, welches ist meines?
- Wie könnten wir die Erfüllung verwirklichen?

Anregungen für das Leben mit Gott

- Was wünschen wir uns von Gott? Haben wir ihm das auch schon gemeinsam gesagt?
- Was wünscht sich Gott wohl von uns, was ist unsere gemeinsame Aufgabe auf dieser Welt, die nur wir beide erfüllen können?

