



Wir zwei



*Immer
wieder neu*

Der Ehepaar

Newsletter aus Schönstatt

Ausgabe 55

Liebes Ehepaar,

Wer von Ihnen mit den Kindern schon Burgen besichtigt hat, kennt sie: die mittelalterlichen Ritterrüstungen. 40 kg kommen da zusammen. Eine ganz schöne Last, die der Kämpfer da mit sich herumschleppen musste! Wie ist das aber mit dem „Seelenschutz“? Laufen viele da heutzutage nicht mit einer „mittelalterlichen Ritterrüstung“ durch das Leben? Ich lade Sie ein, mit mir auf „Burgbesichtigung“ zu gehen!

Ihr Pater Elmar Busse

Ein Plädoyer für partnerschaftliche Abrüstung Den Selbstheilungskräften der Seele trauen

Der ARD-Korrespondent Markus Spieker veröffentlichte das Buch „MONO. Die Lust auf Treue“.¹ Obwohl mit 39 immer noch Single, sehnt er sich nach einer dauerhaften Lebensgefährtin. Vorbild darin sind ihm seine Eltern, ein Pastorenehepaar, das 2011 bei der Veröffentlichung des Buches 41 Jahre verheiratet war. Bei einem Rendezvous mit einer Frau, die er sich als Zukünftige vorstellen konnte, meinte diese: „Nie wieder werde ich zulassen, dass mich ein Mann verletzt!“ Wie viele vorangegangene Beziehungen gescheitert waren, wollte sie ihm nicht verraten.

Bei einem Vorbereitungsgespräch auf eine kirchliche Trauung wollte das Brautpaar einen selbstformulierten Trauspruch verwenden. Ein paar Tage später bekam ich ihren Entwurf. Darin schrieben sie unter anderem: „Ich will dich niemals verletzen...“ Ich klärte dann telefonisch, dass diese Absichtserklärung illusorisch sei. Denn zwangsläufig wird der Mensch, der mir am nächsten steht, mich auch am häufigsten – und oft auch am schmerzhaftesten verletzen.

Das ist wie beim Lernen von Paartänzen: Man tritt sich auf die Füße – nicht, weil man böse ist, sondern weil man ungeschickt ist und die Eigenbewegungen nicht einfach automatisch synchronisieren kann. So ist es auch in der Ehe. Viele

Verletzungen geschehen aus Ungeschicklichkeit und Gedankenlosigkeit, nicht aus Bosheit. Dazu kommt, dass manche die zaghaften „Aua“-Schreie des anderen nicht genügend ernst nehmen bzw. sich nicht die Mühe machen, sich in die Verletzbarkeit und Not des anderen hineinzusetzen.

Empathie ist etwas, was im Laufe der Ehe wächst zum Wohle beider. Die praktische Konsequenz aus der Entscheidung „Nie wieder werde ich zulassen, dass mich ein Mann verletzt!“ wäre, dass die betroffene Frau allein bleibt. Der Preis für körperlich-seelische Nähe ist die Verletzung. Wer diesen Preis nicht bereit ist zu zahlen, der wird immer wieder aus der Nähe fliehen. „Bindungsangst“ nennen die Psychologen dieses Phänomen.

Wie lässt sich diese Angst überwinden? Indem man entdeckt, dass die Seele genau solche Selbstheilungskräfte hat wie der Körper. Wenn wir als Kinder nach einem Sturz mit dem Roller oder Fahrrad blutige Knie hatten, dann wurde die Wunde gereinigt, desinfiziert und verbunden. Den „Rest“ erledigte der Körper selber. Wollten wir entstandenen Grind abpflücken, bekamen wir zu hören: „Lass das sein, sonst fängt die Wunde wieder an zu bluten! Und überhaupt: Mit diesen dreckigen Fingernägeln kannst Du Dir eine Blutvergiftung holen!“

Was für den Umgang mit körperlichen Verletzungen im Laufe der Jahre zur selbstverständlichen Hygiene wurde – das ist bei seelischen Verletzungen längst nicht selbstverständlich. Bei der Eheberatung erlebe ich häufig, dass es nicht nur um die Verletzungen der letzten Wochen geht, sondern dass jeder noch eine lange Reihe von „offenen Rechnungen“ in seinem Herzen herumträgt.

In vielen Fällen spielt die Ursehnsucht nach Gerechtigkeit uns hier einen Streich. Wer immer wieder den Selbstheilungsprozess der Seele unterbricht, indem er alte Wunden aufkratzt, der braucht sich nicht zu wundern, dass er aus der Leidensschleife nicht herausfindet.

Die Ehe ist der alltägliche Trainingsraum für die „Feindesliebe“, wenn wir uns in diesem Falle darauf einigen können, dass der, der mich verletzt, mein „Feind“ ist. Jesus erwartet von seinen Jüngern, dass sie die Feindesliebe praktizieren oder sich zumindest darum bemühen, darin immer geschickter zu werden. Wenn ich den Selbstheilungskräften der Seele traue, dann brauche ich nach den anfänglichen lauten „Aua!“-Schreien die Verletzungen nicht dramatisieren. Dann kann ich auch meine seelische Ritterrüstung ablegen und mich verwundbar machen und zeigen, damit Nähe möglich wird. Nur so kann Einsamkeit überwunden werden.

Ein Stück Lebensprogramm, das wir uns alle ins Herz schreiben sollten: Schwierigkeiten jeglicher Art sind Aufgaben.

Josef Kentenich



Anregungen für die Paar-Beziehung

- Wir sprechen darüber: Schleppe ich zur Zeit eine Verletzung mit mir herum, die meine Liebe zu dir mindert, kraftlos und un kreativ macht?
- Mutig bringe ich sie ins Wort:
„Es hat mich verletzt, als du vor unseren Freunden sagtest, ...“
„Es ärgert mich, wenn ...“

Anregungen für das Leben mit Gott

- Wir gehen in eine kleine Kapelle (Bildstock, Kirche) und legen einen Stein vor den Altar, als Symbol für Verletzungen, die wir einander zugefügt haben und übergeben sie an Jesus.
- Wir zünden eine Kerze an und bitten, dass unser Herz „entgiftet“ wird und unsere Liebe wieder neu fließen kann.



| Ehepaar-Newsletter | Herausgeber: Schönstatt-Familienbewegung, Berg Nazareth, Hörner Straße 111, 56179 Vallendar, 0261-64006-12 | Erscheinungsweise nur digital zum 18. des Monats | Autor dieser Ausgabe: Pater Elmar Busse, Dernbach | Gestaltung: H. Brehm | Foto S. 1 © dvoinek - Fotolia.com, S. 2 © Brehm | ¹ Markus Spieker, MONO. Die Lust auf Treue, Pattloch, München 2011, S. 30. | **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!