



Wir zwei



*Immer
wieder neu*

Der Ehepaar • Newsletter aus Schönstatt

Ausgabe 56

Liebes Ehepaar,

gehören Sie auch zu den Ehepaaren, wo dem einen eine Entschuldigung leichter und selbstverständlicher von den Lippen kommt als dem anderen. Abgesehen davon, dass es bei der Unterschiedlichkeit von Mann und Frau schon eine Kunst ist, wenn beide empfinden, dass eine Entschuldigung angebracht wäre und nicht der eine denkt, da war doch nichts und der andere am Boden zerstört ist. Neue Kraft und Kreativität wünschen wir Ihnen auf dem manchmal schwierigen, aber lohnenden Weg der Vergebung,

Ihre Claudia und Heinrich Brehm

Unsere Versöhnungsbereitschaft steigern

Christa und Holger wollen am Abend ins Kino. Sie wollten gegen 19.00 Uhr losfahren, um 19.10 Uhr ist Holger immer noch nicht da, sein Handy ist ausgeschaltet. Christas Wut wächst. „Natürlich, alles andere ist wichtiger als ich!“, zürnt sie. Um 19.20 steigt Holger pfeifend aus dem Auto. „Mir fiel ein, dass mein Anzug noch in der Reinigung ist, da hab ich ihn gleich abgeholt. Was ist los?“, fragt er verduzt, als er Christas grimmige Miene bemerkt. „Wir hatten uns 19.00 Uhr fürs Kino verabredet, jetzt verpassen wir den Filmbeginn“, schimpft Christa. Holger schaut auf die Uhr: „Oh, so spät schon, halb so wild, bestimmt kommt wieder eine Viertelstunde Vorschau.“ Christa schmolzt auf der Fahrt: „Wenigstens entschuldigen hätte er sich ja können!“

Eine Frau empfindet es als Zugewinn an Liebe, wenn sie sagt: „Bitte entschuldige!“ Sie spürt, wie neue Offenheit und Nähe möglich wird und der vorangegangene Konflikt am Verschwinden ist. Ein Mann dagegen befürchtet, wenn er sich entschuldigt, dass er den Respekt des Gegenübers verliert, weil er sich dadurch in die Lage des vermeintlich Schwächeren begibt und das Gegenüber evtl. schließen würde: „Einmal falsch gelegen, immer falsch gelegen.“ Lieber löst der Mann die Konflikte, ohne viel darüber zu reden, indem er sie ruhen lässt und dadurch „vergisst“. Er geht zur

Arbeit und wundert sich beim Heimkommen, dass sie immer noch über die „morgendlichen Spannungen“ diskutieren möchte. In der Regel muss man ihm erst mal ins Gedächtnis rufen, was überhaupt los war, weil er es längst vergessen hat.

Bei der Frau sind Verstand, Körper und Seele stark miteinander verbunden. Wenn sie verletzt wird, reagiert ihr gesamtes „System“. Christa äußert: „Wenn wir Streit haben, befindet sich alles in mir im Kriegszustand!“ Nur über das Aussprechen mit Holger finde ich mein Gleichgewicht

wieder und die verlorengangene Nähe zu ihm. Bei Holger ist das eine Sache des Verstandes. Körper und Seele sind im Moment kaum damit beschäftigt. Deshalb „funktioniert“ er weiter. Er macht diese Schublade zu und die nächste (Beruf, Ehrenamt, Freunde, Sport ...) auf.

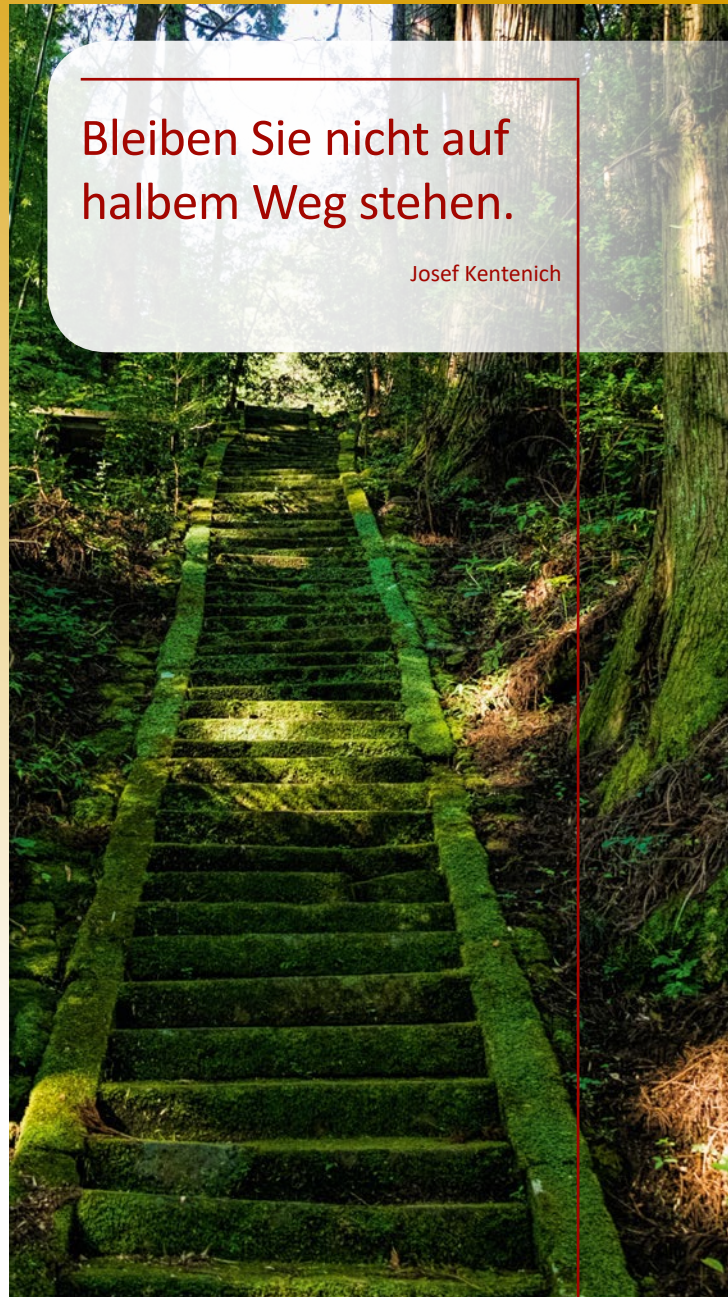
Da für gibt es ein sprechendes Bild: verschieden konstruierte Lichterketten für die Gartenlaube. Bei einer Lichterkette sind die Glühbirnchen so geschaltet, dass die gesamte Lichterkette ausgeht, wenn eine einzelne Birne zerstört wird. Bei einer anderen Lichterkette sind die Birnchen parallel angeschlossen. Es können viele ausfallen und die restlichen funktionieren doch weiter.

Ein ehrliches „es tut mir leid, ich wollte dich nicht verletzen“ des Ehemanns an seine Frau wird ihn niemals als Schwächling erscheinen lassen, sondern den Weg seiner Frau zurück in seine Arme ebnen. Die Frage ist nicht: Wer trägt die Hauptschuld? Die Frage ist nur: Was kann ich verändern, dass wir wieder zusammenfinden? Hilfreich ist, wenn die Frau nicht „historisch“ reagiert und noch gleich drei andere Situationen aufzählt, in denen sie sich unverstanden fühlte, sondern es mit der jetzigen bewenden lässt.

Ehepaare haben das Recht auf Missverständnisse (jeder Mensch ist verschieden) und es ist gesund, wenn es zur Auseinandersetzung kommt. Indem sie den Konflikt bearbeiten, wächst das gegenseitige Verständnis, sowie das Gefühl: wir haben wieder etwas gemeistert. Neue Nähe, die SIE sucht und Anerkennung, die ER braucht, werden fühl- und spürbar. Wir haben wieder eine neue Stufe erklommen.

Bleiben Sie nicht auf halbem Weg stehen.

Josef Kentenich



Anregungen für die Paar-Beziehung

- Wo fühle ich mich verstanden im Text, wo empfinde ich anders?
- Was tut dir/mir gut, was wollen wir neu versuchen im Bewältigen von Missverständnissen?
- Wenn das „Entschuldige bitte“ auszusprechen, heillos überfordert, kann ich eine Kerze anzünden und damit dem Ehepartner signalisieren: „Es tut mir leid, bitte verzeih!“

Anregungen für das Leben mit Gott

Wir üben uns diesen Monat in Stoßbeten, kleine, ganz kurze Gebete im Stillen auf dem Weg zur Arbeit, vor einer schwierigen Aufgabe, im Konflikt, zum Danken:

- Herr, hilf mir!
 - Oder: „Lass mich ruhig bleiben!“
 - Oder: „Segne NN:!“
- Dann kann ich auch bitten:
- „Lass mich Worte der Versöhnung finden!“

Gott unterstützt das gerne.



| Ehepaar-Newsletter | Herausgeber: Schönstatt-Familienbewegung, Berg Nazareth, Hörner Straße 111, 56179 Vallendar, 0261-64006-12 | Erscheinungsweise nur digital zum 18. des Monats | Autoren dieser Ausgabe: Claudia und Heinrich Brehm, Vallendar | Gestaltung: H. Brehm | Fotos: StockSnap / DeltaWorks - pixabay.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!