



Wir zwei



*Immer
wieder neu*

Der Ehepaar

Newsletter aus Schönstatt

Ausgabe 64

Liebes Ehepaar,

dass die Ehe vom Gespräch lebt, das erfahren Ehepartner jeden Tag neu. Nur: wie soll dieses Gespräch gehen in der Vielzahl der täglichen Aufgaben und Projekte und auch angesichts der doch oft starken Unterschiede von Mann und Frau? Das ist das Thema dieses Ehenewslatters, mit dem wir Ihnen darüber hinaus viel Freude wünschen am Mai mit seiner Überfülle an Blüten, Wachsen und Werden. „Überfülle an Blüten, Wachsen und Werden“ das ist auch ein schönes Bild für Ihre Liebe,

Claudia und Heinrich Brehm

Vom Reden zum Gespräch zum Zwiegespräch

Andrea leidet still vor sich hin. Sie denkt: „Früher haben wir so viel miteinander geredet und dadurch voneinander gewusst und uns einander nahe gefühlt. Jetzt rennen wir nur aneinander vorbei, in der Hoffnung alles abarbeiten zu können, was der Tag vermeintlich von uns fordert. Am Abend hängt jeder müde in seiner Ecke oder vor dem Fernseher in der Hoffnung auf Erholung.“ Joachim freut sich auf zu Hause, wenn die Kinder dann im Bett sind und er in Ruhe vor dem Fernseher abhängen kann. Das Programm muss nicht anspruchsvoll sein, Hauptsache nichts selber mehr denken und tun müssen. Nur Andrea scheint nicht so glücklich. Ob er wieder etwas falsch gemacht hat. Wenn sie doch reden würde.

Sicher ist Sprache nicht alles, aber ebenso sicher ist ohne Sprache alles nichts. (M. L. Moeller) Wir leben in einem rasanten Tempo und in einer Überfülle an Informationen und Eindrücken, die wir gar nicht mehr verarbeiten können. Unser mediales Grundrauschen, das uns ständig begleitet, füllt uns an und aus und vermittelt den ständigen Eindruck: „*Ich bin voll, mehr geht gar nicht mehr rein!*“

Wir sehnen uns nach wirklichem Gespräch, das uns Ausruhen beieinander und tiefe Verbundenheit schenkt, um *dem Draußen, das uns ständig belagert* unsere Gestaltung des Lebens entgegenzusetzen. „Wir wollen leben, nicht gelebt werden!“ Das war schon am Anfang ihrer Beziehung Andreas und Joachims Motto.

Reden hilft uns Menschen, einander und das Leben zu *begreifen*. Nicht in Form des fruchtlosen Kreisdiskutierens, wie es in der Politik häufig zu erleben ist, sondern so, dass wir einander näherkommen, uns einander mitteilen können. Das Zwiegespräch – wer es einmal erlebt hat, will es nicht mehr missen – schenkt wohltuende Geborgenheit, das Gefühl verstanden zu werden und gemeinsam stark zu sein. Ohne es wird die Beziehung schnell blasser, die Stimmung gereizter.

Andrea erzählt Joachim eines Abends, dass sie ihre gemeinsamen Zwiegespräche vermisst, dass sie langsam die Fühlung mit ihm verliert und sich ihm so gerne wieder nahe fühlen würde. Sie überlegen gemeinsam, was ein Zwiegespräch ausmacht. Es ist das Anteil geben aneinander, das nicht über eine

Sache reden, sondern über die eigenen Ängste, Wünsche, Sehnsüchte, Empfindungen. Das braucht Mut und oft auch Überwindung. Lieber rätseln wir am anderen herum („Was hat er/sie nur?“), anstatt ihn liebevoll zu fragen: „Du scheinst nicht glücklich. Möchtest du reden? Ich habe Zeit!“ oder: „Kann ich etwas für dich tun?“ Das Zwiegespräch ist ein wesentliches Gespräch, bei dem wir merken: „Der andere ist anders, aber er bleibt mir trotzdem nah!“ Unserer Zuneigung wächst, je mehr wir voneinander erfahren. Paare brauchen eine regelmäßige Gelegenheit ungestört, ausführlich und lebensbegleitend miteinander zu reden, so dass beide sich wechselseitig miterleben und entwickeln können.

Andrea und Joachim beschließen, sich den Dienstagabend von Terminen freizuhalten. Der Fernseher bleibt aus, die Handys auch; sie liegen auch in einem anderen Raum. Das hilft beiden! Tee oder ein gutes Fläschchen stehen bereit und dann erzählt jeder von seiner Woche und zwar nicht, was war, sondern wie er es erlebte. Der andere hört intensiv zu, stellt höchstens mal eine Verständnisfrage. Diskutieren und Richtigstellen braucht es nicht. Wie der andere was erlebt hat, hat Vorrang.

Joachim merkt nach einiger Zeit, dass das Aussprechen des sonst Verschwiegenen auf beiden Seiten Ehrlichkeit, Zufriedenheit und Nähe schafft. Als er erzählt, dass er sich hinterm Haus erst einmal abreagieren musste vom Ärgergespräch mit dem Kollegen, versteht Andrea, warum er gestern nicht gleich reinkam und sie nach der Arbeit begrüßte. Jetzt kann sie es einordnen. Und Joachim merkt, nächstes Mal kommt er kurz und sagt ihr: „Ich brauch noch Zeit“ – dann versteht sie und beginnt nicht über etwaige eigene Fehler zu spekulieren oder sich über ihn zu ärgern.

Beide sind Lernende und das ist gut so. Wie sagt das chinesische Sprichwort: „Fürchte dich nicht vor dem langsamen Vorwärtsgehen. Fürchte dich nur vor dem Stehen bleiben.“



Wir sollten mit dem lieben Gott reden, wie uns der Schnabel gewachsen ist

Josef Kentenich

Anregungen für die Paar-Beziehung

- Erinnern Sie sich gemeinsam an ein richtig gutes Gespräch miteinander, in dem Sie beide sich verstanden fühlten und einander nahe. Wie waren die Umstände?
- Wie (beim Gehen, im Garten, bei der Tasse Kaffee/Tee/Glas Rotwein/...) finden Sie beide am leichtesten in ein Zwiegespräch? Wie können Sie diese Gelegenheiten ausbauen?
- Suchen Sie sich neu Ihren Platz und Ihre Zeit für tiefergehende Zwiegespräche!

Anregungen für das Leben mit Gott

- Gott ist ein werbender, liebevoller Gott, der sich nach seinen Kindern sehnt und ihnen zur Seite stehen möchte, wenn sie es zulassen. Seit der Trauung begleitet Gott Ihre Gemeinschaft im Liebesbund der Ehe: Er ist da, für immer!
- Fragen Sie sich, in welchem kleinen Ritual Sie Gott immer wieder bewusst in Ihr Leben hereinholen und dem Zwie(Tri)Gespräch mit ihm Raum geben können!



| Ehepaar-Newsletter | Herausgeber: Schönstatt-Familienbewegung, Berg Nazareth, Hörner Straße 115, 56179 Vallendar, 0261-64006-12 | Erscheinungsweise digital zum 18. des Monats | Autoren dieser Ausgabe: Claudia und Heinrich Brehm, Vallendar | Gestaltung: H. Brehm | Fotos: Dmitry Ersler, fotolia.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!