



Wir zwei



*Immer
wieder neu*

Der Ehepaar

Newsletter aus Schönstatt

Ausgabe 67

Liebes Ehepaar,

der Urlaub winkt – Sehnsuchtszeit, Zeit, um Liebe und Leidenschaft aufblühen zu lassen – die Akkus neu aufzuladen und den Übergang vom Eingespanntsein zum Nichtstun so zu schaffen, dass der geliebte Mensch neben mir nicht verletzt wird durch die „Umgewöhnungsphase“. Wir wünschen Ihnen, dass Sie sich neu finden und viele humorvoll leichte Stunden miteinander verbringen dürfen

Claudia und Heinrich Brehm

Urlaubsvorbereitungen einmal anders

Hanna und Michael freuen sich, endlich Urlaub. Das Auto ist gepackt, die Route berechnet, die Kinder sitzen erwartungsfroh und streitend im Auto. Die Ess/Trinktasche steht griffbereit an Hannas Füßen. Es kann losgehen. Beide werfen sich einen wissenden Blick zu und lächeln sich an. Dieses Jahr wird die Fahrt und der Ferienbeginn im Ferienhaus kein Desaster wie letztes Jahr.

Sie rechnen von vorneherein mit Staus: gute Laune, Ratespiele für alle und Ratehefte liegen griffbereit für die Kinder. Zu Beginn beten alle um eine gute und sichere Fahrt, das schweißt zusammen und holt Gott mit ins Auto. Ankommen ist nicht oberste Priorität, sondern sich leiten lassen: aussteigen am Wanderparkplatz/Spielplatz, ein Eis essen gehen. Kurze Unterbrechungen lassen Kinder und Eltern entspannter sein.

Zärtlichkeiten (wie den Nacken streicheln, die Hand auflegen usw.) beruhigen die Kinder und lösen beim Fahrer/Beifahrer angenehme Gefühle aus.

Das Danke-Spiel hilft, den Blick bewusst auf das Schöne, das Besondere zu lenken. (es

spielt sich wie „Kofferpacken“. Heute danke ich für unser schnelles Auto, der Nächste wiederholt es und fügt einen neuen Dank hinzu ...).

Wir sammeln in einem kleinen Karton alles, was uns beschwert, was wir nicht mitnehmen möchten: den Ärger mit dem Chef, den Hausputz, den Streit mit Karl, die unfertige Steuererklärung ...), schnüren ihn zu mit einer dicken Kordel und versenken ihn (Stein nicht vergessen) im nächsten See oder vergraben ihn im nächsten Wald. Dadurch werden wir leer und frei für neue, schöne Erlebnisse.

Wir sagen uns, es muss nicht alles von Anfang an funktionieren. Ein neuer Ort braucht Zeit, bis jeder sich eingelebt hat und alle

brauchen wir Zeit, bis wir die für uns schönsten Erlebnisorte, unseren neuen Rhythmus gefunden haben.

Mama hat auch Urlaub. Hausarbeit ist für alle da, jeder übernimmt einen Part (meist interessant, weil es neu ist und nicht wie zu Hause gewohnt). Wer seinen Part vernachlässigt, kann leider kein abendliches Eis bekommen.

Die Ehepartner suchen mindestens eine Sache am Tag, die ihnen an ihrem Partner / ihrer Partnerin gefällt, die sie an ihr / an ihm bewundere und teilen das einander auch mit. Das öffnet den Blick der Liebe erneut füreinander, der im Alltag oft untergeht.

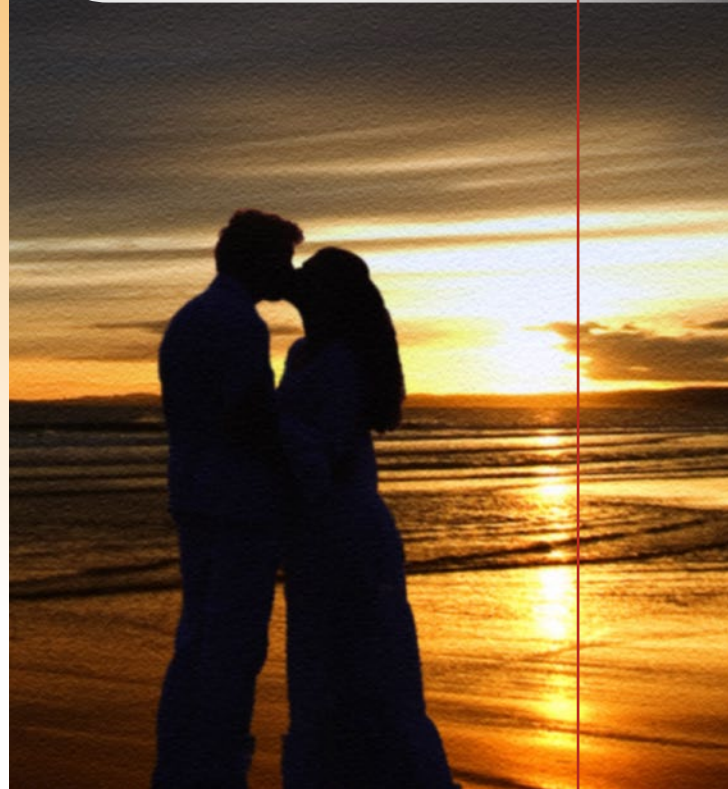
Immer zusammen zu sein in den Ferien als ganze Familie ist anstrengend und ungewohnt. Jeden Tag Einzelzeit für sich haben, darf eingeplant werden. Das tut auch den Kindern gut. Wenn die Kinder zu klein sind, dann können wir sie uns gegenseitig abnehmen. Du hast von 9 bis 9.45 frei für dich, ich habe von 18 bis 18.45 freie Zeit für mich ...

Wieder einmal miteinander Sex haben, vielleicht spannend und lustvoll, weil an einem anderen Ort. Warum muss es immer das Bett sein: wunderschön auch der Schlafsack unterm Sternenhimmel, das Zelt am Strand, das Gartenhäuschen ...

Unsere Ehe mit Lust, Humor und Freude füttern, das macht unsere Beziehung einzigartig und unser Zusammenleben, das oft aufs nur Organisatorische zusammenschumpft wieder lebendig.

Eine Pflanze kann ohne Sonne nicht existieren. So kann ein Menschenherz ohne Freude nicht sein und nicht gedeihen.

Josef Kentenich



Anregungen für die Paar-Beziehung

- Welche Ideen nehmen wir mit in unseren Urlaub, was passt zu uns?
- Was hat jeder von uns als Lieblingswunsch an den Urlaub. Wie können wir beide Wünsche miteinplanen?

Anregungen für das Leben mit Gott:

Reisegebet im Auto zu Beginn der Fahrt:

Guter Gott, du bist unser Reisebegleiter. Dir vertrauen wir diese Fahrt an und unseren Urlaub. Schütze uns vor allen Gefahren und lass auch von

uns keine Gefahr für andere ausgehen. Lass uns umsichtig und verantwortungsvoll im Straßenverkehr handeln. Gib uns Geduld und Wertschätzung auch im Auto miteinander. Wir sind unterschiedlich und es ist eng hier, aber wir freuen uns auf den Urlaub und wollen, dass die Freude in unserem Auto erhalten bleibt. Schenke uns offene Augen, die die Schönheiten deiner Natur wahrnehmen. Das, was uns vielleicht fremd sein wird an Gebräuchen, Essen und Gerüchen werden wir voll Neugier aufnehmen und uns daran freuen. Guter Gott, danke, dass du uns liebst und wir deine Kinder sind. Begleite uns, dann wird es gut! Amen.



| 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 | Foto S.1: Nichizhenova Elena fotolia.com; S.2: InspiredImages, 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!