



Wir zwei



Der Ehepaar

*Immer
wieder neu*

Ausgabe 75

Newsletter aus Schönstatt

Liebes Ehepaar,

Da ist ein Liebes-Paar. Im Laufe der gemeinsamen Jahre wächst das Wissen über den Anderen. Man weiß - ohne lange zu überlegen - was der oder die andere mag, und was er oder sie nicht mag. Natürlich kennt man auch jene Dinge, die dem anderen Kummer bereiten, aber auch solche Situationen, in denen der Partner entspannt und fröhlich ist. Unbewusst nehmen wir unseren Partner immer mehr in das eigene Hirn und Herz auf.

Die Grenze zwischen mir und meiner/m Partner/in verschwimmt. Intuitiv handle ich so, als ob ich etwas für mich selber tun würde. Geschieht dieses Miteinander-wachsen wechselseitig, erweitern wir uns als Individuum und werden zu einem offenen und weiten „Bindividuum“.

Ihre Gisela und Klaus Glas

Miteinander wachsen

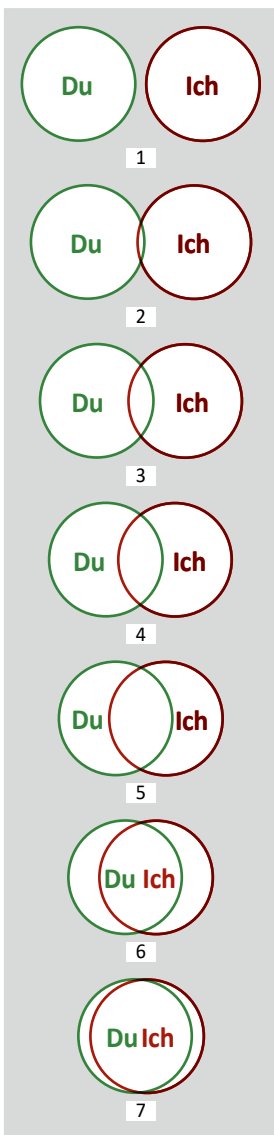
Marie (36 J.) hat keine Lust etwas zu kochen. Es war eine anstrengende Woche, zumal die zwei Kinder krank waren und deswegen nicht in den Kindergarten konnten. An einem Freitagnachmittag ruft sie ihren Mann an und fragt, wann er in etwa zuhause sei, denn sie wolle Pizza bestellen. Der Gatte steckt noch im Feierabend-Stau fest. Eine knappe Stunde später sitzt die Familie endlich zusammen am Küchentisch. Michael (38 J.) freut sich auf die Pizza Diavolo („groß, wie immer“) und sein Feierabendbier. Seine Frau hatte beim Telefonat nicht nach seinem Wunsch gefragt; sie wusste, was er bestellen würde. Und sie hatte sofort ein Weizenbier für ihn kühl gestellt...

Marie und Michael sind ein Paar wie viele andere. Sie wissen um die jeweiligen Vorlieben und Abneigungen. Sie denken aneinander und haben gelernt, sich in den Partner einzufühlen. Ehepaare unterscheiden sich in dem Grad der erlebten Verbundenheit. Manchen fällt es leichter, manchen schwerer, seelische Nähe zum Partner herzustellen.

Das Psychologen-Paar ELAINE und ARTHUR ARON hat eine einfache Skala* entwickelt (siehe Seite 2), mit welcher erfasst werden kann, wie sehr man sich mit seinem Partner verbunden fühlt. Dargestellt sind jeweils zwei Kreise, wobei der eine für mich, der andere für meinen Partner steht. Bei der ersten

Abbildung gibt es keine Berührung der Kreise. Bei der letzten Darstellung überlappen sich die Kreise nahezu vollständig. Der Grad der Überschneidung gibt an, inwieweit das Selbst und der Partner zu einer Einheit verschmolzen sind. Für welches Bild würden Sie sich entscheiden?

Wir kennen ein Ehepaar, das seine Freizeit stets zusammen verbringt. Die beiden würden sicher – unabhängig voneinander – Abbildung 7 ankreuzen. An unserem früheren Wohnort gab es ein Paar in der Nachbarschaft, das zwar verheiratet war, aber wenig zusammen in der Öffentlichkeit auftrat. Am Wochenende werkelt der Mann alleine in seiner Werkstatt,



während seine Frau mit den Kindern eine Radtour machte. Auf dieses Paar, das sich später scheiden ließ, passt ganz gut Abbildung 1.

Die Grundlage der Verbundenheit ist das alltägliche Gespräch - über ganz normale Dinge. Auch wenn es von manchen Ehe-Experten empfohlen wird: oft braucht es keinen wöchentlichen Eheabend, bei dem das Paar zusammen einen kontrollierten Dialog führt. Neuere Untersuchungen zeigen, dass glückliche Paare über ganz banale Dinge reden: Klatsch und Tratsch, Pläne und Vorhaben, Ereignisse und Erlebnisse. Die Art und Weise, wie sie das tun, ist genauso wichtig. Gut zuhören, die Gefühle des anderen nachvollziehen, einander trösten, sich über lohnende Ziele austauschen und miteinander Witz, Spaß und Freude erleben - das sollte in den Gesprächen möglich sein. „Ein Ehepaar braucht oft keine tiefgründige Konversation. Viel wichtiger sind die vielen kleinen Momente des Alltags, über die man ins Gespräch kommen kann“, betont das Psychologen-Paar KRYSZYNA und R. KELLY AUNE. Das Ganze in der Gewissheit: Ich sehe dich und Du siehst mich!



Wenn ich „während des Tages nicht insgesamt die eheliche Liebe, die seelische Verbundenheit pflege, dann kann die Liebe nicht wachsen.“

Josef Kantenich (1961)

Für unser Leben als Paar

- Nehmt Euch eine halbe Stunde Zeit. Jeder macht für sich ein Kreuz unter jener Abbildung, die seinem Empfinden nach am besten die eigene Partnerschaft darstellt.
- Sprecht darüber, warum ihr gerade diese oder jene Darstellung ausgewählt habt.
- Wenn Ihr merkt, dass Ihr etwas ändern wollt: Sprecht darüber, was Ihr in den nächsten vier Wochen tun könnt, um eine für Euch beide stimmige Balance zwischen Distanz und Nähe zu finden.

Für unser Leben mit Gott

Guter Gott, wir danken Dir dafür, dass wir uns gefunden haben und jeden Tag in alltäglichen Gesprächen unsere Verbundenheit spüren. Segne unsere Liebe. Segne unsere Kinder und Enkel. Schenke allen Menschen, mit denen wir uns in Liebe verbunden wissen, einen guten Tag. Wir beten (oder singen: Familienliederbuch „miteinander wachsen“, rigma-shop.de): „*Miteinander wachsen, dem Himmel entgegen, miteinander gehen auf Gottes Wegen: du und ich, ich und du, du und ich, ich und du.*“



| Ehepaar-Newsletter | Herausgeber: Schönstatt-Familienbewegung, Berg Nazareth, Hörner Straße 115, 56179 Vallendar, 0261-64006-12 | Erscheinungsweise nur digital zum 18. des Monats | Autoren dieser Ausgabe: Gisela und Klaus Glas, Flieden | Gestaltung: H. Brehm | Foto S1: SamuelStone, S2: olgalit, pixabay.com | nach: https://ww3.haverford.edu/psychology/ble/continuous_ios/originalios.html (12.03.2019) | **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!