

# WIR ZWEI IMMER WIEDER NEU

## Eigenständigkeit und Verbundenheit

*Susanne und Ralf freuen sich auf den Urlaub, aber gleichzeitig beschleicht jeden von ihnen das ungute Gefühl vom letzten Urlaub, in dem sie viel miteinander erlebten, aber keiner so richtig zufrieden, ausgeglichen und erholt war hinterher. Leider haben sie darüber auch nicht mehr zeitnah gesprochen. Eine Woche vor Urlaubsbeginn fasst sich Susanne ein Herz und fragt Ralf: „Was wünschst du dir für den Urlaub? Was müsste er beinhalten, dass du erholt und glücklich wieder nach Hause fährst? Das schien mir letztes Jahr nicht der Fall zu sein, weder für dich noch für mich. Lass es uns dieses Jahr anders machen!“*

Liebes Ehepaar,

die Ferien beginnen. Eine Zeit, in der wir Abstand suchen vom Alltag und der Arbeit. Eine Zeit, von der wir Erholung, Entspannung und Glück erhoffen, für jeden von uns, für unsere Partnerschaft und für die Familie. Dass Sie das finden in der für Sie passenden Balance von Eigenständigkeit und Verbundenheit, wünschen Ihnen von Herzen,

*Claudia und Heinrich Brehm*


**J**ede Beziehung lebt zu Beginn von der Verbundenheit. Man findet schnell gemeinsame Hobbies, unternimmt viel miteinander, denkt viel aneinander, genießt das Zusammensein und vermisst keinerlei eigene Aktivitäten. Verschmelzung ist groß geschrieben, für beide erstrebenswert und schön.

**M**it der Zeit, vor allem, wenn dann die Kinder dazu kommen, trennt sich der Alltag, jeder bespielt seine Seite, die Zeit für gemeinsame Unternehmungen und Gespräche nimmt rapide ab. Die Gespräche drehen sich vor allem um Organisatorisches oder die Kinder und nicht mehr – wie

vorher, als das jedes Mal Vertrauen und gegenseitige Nähe hervorrief – über die eigenen Gefühle.

**D**ie gemeinsame Welt teilt sich in zwei Welten auf. Jeder spürt auch, dass er – unabhängig vom Partner – anderes braucht, um sich zu erholen und zu regenerieren. Neue Interessen erwachen, denen man auch ohne Partner nachgehen möchte. Die Meinungen, auch über banale Dinge, können auseinandergehen. Als Paar befindet man sich auf dem Individualitäts-Trip – der auch wichtig ist.

**D**och die Gefahr besteht dabei darin, dass man – ohne



Das Leben setzt sich aus vielen Kleinigkeiten zusammen. Wenn ich nur auf „Großigkeiten“ warte, kann ich oft lange warten.

Josef Kentenich

es zu merken – von einem Pol zum anderen schlittert. Von der Verschmelzung zur kompletten Individualität. Dabei spüren beide, dass es erfolversprechender wäre, weder vor lauter Verbundenheit mit dem Partner sich selbst zu verlieren, noch durch allzu große Eigenständigkeit die Verbindung zum Gegenüber einzubüßen.

**N**icht Eigenständigkeit **oder** Verbundenheit, sondern **sowohl** Eigenständigkeit, **als auch** Verbundenheit sind das Ziel. Partner, die sich gegenseitig befruchten und keine Gegensätze provozieren. Schön ist, wenn die gemachten Erfahrungen in der Eigenständigkeit einander mitgeteilt werden können. Tiefe Verbundenheit entsteht dort, wo zwei eigenständige Menschen aufeinander zu- und eingehen. Wissen um das Wollen und Fühlen des anderen führt zu einem gewinnenden Miteinander.

## Als Paar weiterkommen

- ♥ Jeder schreibt auf, was er dieses Jahr im Urlaub gerne tun würde, auch Dinge, die völlig unrealistisch sind. Sie drücken eine Sehnsucht aus, die wir in unsere Paarbeziehung mithineinnehmen. Wir zeigen uns unsere Liste und schauen, was wir dieses Jahr davon verwirklichen können, was wir noch zurückstellen müssen (aber es ist schon mal ausgesprochen), was wir nicht so, aber einander vielleicht annähernd oder auf anderem Wege erfüllen können.
- ♥ **Eigenständigkeit – Verbundenheit:** Wo stehen wir im Moment? Fühlen wir uns damit wohl? Wenn wir unterschiedliche Ansichten dazu haben: wie können wir einander den Wunsch nach Eigenständigkeit oder Verbundenheit erfüllen?

## Miteinander mit Gott unterwegs

Auch im Leben mit Gott spielen die beiden Pole Eigenständigkeit und Verbundenheit eine Rolle.

- ♥ Wann beziehen wir Gott mit ein? Wo wollen wir alles selber machen?
- ♥ Wie wollen wir die Verbundenheit mit Gott leben? Es geht um unser Glaubensleben und unsere Bemühungen, eine Beziehung zu Gott aufzubauen und ihm, als Dritten in unserem Bund, Raum und Platz in unserer Ehe zu geben. (Z. B. beim Tischgebet? Im gemeinsamen Abschluss des Tages, mit oder ohne Kinder? Im Gottesdienstbesuch? Im Glaubenskurs? Im Hauskreis? Im Engagement in der Gemeinde oder im persönlichen Engagement in caritativen Projekten oder der Nachbarschaft, im Freundeskreis, der Flüchtlingshilfe, ...)
- ♥ Was passt für uns beide, was braucht jeder von uns persönlich in seiner Beziehung mit Gott?



• Ehepaar-Newsletter • Herausgeber: Schönstatt-Familienbewegung, Berg Nazareth, Hörer Straße 115, 56179 Vallendar, 0261-64006-12  
• Erscheinungsweise nur digital zum 18. des Monats • Autoren dieser Ausgabe: Claudia & Heinrich Brehm, Vallendar • Gestaltung: H. Brehm  
• Fotos: StockSnap, pixabay.com • **Bestelladresse:** ehe.newsletter@schoenstatt.de • Wir bitten Sie, unsere Arbeit für Ehepaare und Familien mit ihrer Spende zu unterstützen. Spendenkonto: Stiftung „Familie wagen“, DK Münster, IBAN: DE83 4006 0265 0003 4614 03, BIC GENO-DEM1DKM, Stichwort „Arbeit mit Ehepaaren“. Vielen Dank!