

Nachhaltige Kraftquellen in der Ehe



Kraftquellen außer
Haus
Arbeitsmaterial

Richard nimmt gerade teil an einem Workshop „Nachhaltigkeit am Bau“. Dabei geht es darum, wie ich mit den Ressourcen umgehe, die mir zur Verfügung stehen. Wir waren vor kurzem bei einer Familie zu Gast, die gerade ein Niedrigenergiehaus gebaut hat. Sie haben uns alles erklärt, wie das funktioniert und was sie sparen können. Man hat gemerkt, ein schönes Thema für sie. Die Botschaft dahinter ist: Wir wollen verantwortungsvoll mit Ressourcen umgehen. Kraftquellen sind unsere Ressourcen als Ehepaar. Wie gehen wir mit dem um, was uns Kraft gibt?

Meine eigenen Ressourcen erkennen

Was kann für mich eine Ressource sein? Das kann ein Ort sein, unser Hausheiligtum, wo ich mich geistig hinbegebe. Das ist ein gutes Mittel gegen Stress. Das kann auch ein Mensch sein: Wenn ich an dich denke, mich mit dir verbinde, gibt mir das Kraft. Es kann auch ein Wort oder ein Symbol sein, unser Eheideal, das mich hochreißt und mich motiviert. Wenn mir bewusst ist, wo mein innerer Reichtum ist, wo meine inneren Kraftquellen sind, kann ich die in besonders stressigen Zeiten abrufen.

Pater Kantenich spricht von vollkommener Gemeinschaft aufgrund vollkommener Persönlichkeiten, getragen von der Grundkraft der Liebe. Wir sagen dafür auch: EheTeam. Es ist gut, wenn ein Gleichgewicht herrscht zwischen dem, was wir gemeinsam als Paar tun und zwischen dem, was wir alleine tun. Wir beide sind eine Gemeinschaft, die aus zwei Einzelpersonlichkeiten besteht. Der Raum für das Eigene ist wichtig - und das kann ich wieder gut in unsere Ehe einbringen. Wir sind getragen von der Grundkraft der Liebe – die Liebe ist die Kraft, die uns zusammengeführt hat und trägt. Damit ist die Liebe zu mir und die Liebe zu uns gemeint. P. Kantenich beschreibt die Dreifaltigkeit mit einem ähnlichen Prinzip. Die vollkommene Gemeinschaft, Gott Vater und Sohn, getragen von der Grundkraft der Liebe. Was zwischen ihnen fließt, ist der Heilige Geist. In unserer Ehe ist das genauso: Wir dürfen Abbild Gottes sein. Nicht der Mann oder die Frau allein sind Abbild Gottes, sondern wir beide in Liebe verbunden. Das Ehesakrament ist die Grundkraft der Liebe zwischen uns – er ist nicht nur der Dritte in unserem Bund, sondern er ist wirklich in unserer Mitte gegenwärtig. Er ist für uns, für unsere Ehe, eine Kraftquelle. Wir wollen ein Team sein. Dazu muss jeder er selber sein. Und dazu ist es auch wichtig, dass jeder seine persönlichen Kraftquellen kennt.

*Wir wollen ein
Team sein. Dazu
muss jeder er
selber sein.*

Unser Leben ist eine Kanufahrt

Wir möchten den Vorgang anhand eines Bildes beschreiben: Wir beide sind in einem Wildwasser. Ich bin in einem Kanu, du bist in einem Kanu und los geht es. Das ist ein Bild für unser Leben. Wir sitzen nicht die ganze Zeit in einem Boot, sondern sind tagsüber meist in getrennten Booten unterwegs. Das bedeutet, dass wir manchmal ziemlich weit auseinandergezogen sind, weil uns die Strömungen unterschiedlich vorantreiben. Manchmal sehen wir uns gar nicht, aber die Strömung bringt uns wieder zusammen. Wir bewähren uns in unseren Herausforderungen. Ein Grundprinzip ist: es ist gut wenn jeder von uns eigene Zeit, eigenen Raum und eigenes Geld zur Verfügung hat.

Eigener Raum: In unserem Haus oder in unserer Wohnung sollte jeder seinen Platz – ein Zimmer oder einen Tisch - für sich selbst haben. Wir haben zwei Arbeitstische, die aneinander docken. Wenn wir gemeinsam arbeiten, schauen wir uns an, aber jeder hat seinen Tisch. Was da drauf liegt, gehört dem einen und darf vom anderen nicht kommentiert werden. Man schaut gar nicht so genau hin, was dort ist. Dort hat jeder sein kleines Reich, seine Privatsphäre.

2/09
*Familie als
Berufung*
33



Kraftquellen außer
Haus
Arbeitsmaterial



Ausschnitte aus einem
Impuls
von Familie Sickinger

Eigene Zeit: da haben es oft die Frauen schwerer, vor allem mit kleinen Kindern. Da gilt es schon einmal, eigene Zeit überhaupt sicherzustellen. Das ist eine Herausforderung. Manche Frauen haben die Tendenz, dass sie sehen, was alles zu tun ist. Die Frau fühlt sich da oft mehr verpflichtet. Deshalb ist es wichtig, dass der Mann die Frau dabei unterstützt, Freiraum zu bekommen.

Beim eigenen Geld gibt es unterschiedliche Möglichkeiten – dass wirklich jeder sein Konto hat oder dass man einen gewissen Betrag vereinbart, über den man keine Rechenschaft ablegen muss.

So driften wir als Kanus den Tag über entlang, winken uns manchmal zu, sehen uns manchmal nicht. Aber Wildwasser fahren ist nur schön, wenn es auch die Sandbank gibt: einen Ort, wo wir am Abend die zwei Kanus anlegen. Man ist wieder Seite an Seite. Wir sitzen neben dem Feuer und blicken gemeinsam auf den Tag zurück, erleben die Nähe beieinander und erzählen uns gegenseitig von der Wildwasserfahrt. Wir spüren das Interesse aneinander, dann hat Miteinander wieder Kraft. Und es ist schön, Gott miteinzubeziehen: wir danken für etwas Schönes oder bitten um Unterstützung in einem Anliegen.

Gemeinsam zur Ruhe kommen

Wir blicken auch, gemeinsam am Rücken liegend, den Nachthimmel an und bewundern unseren gemeinsamen Stern, unser Eheideal, und nehmen neu wahr: dafür gibt es uns zwei, deshalb machen wir das Ganze!

Und dieses gemeinsame Zurückblicken und Hinaufblicken sind Kraftquellen in unserer Ehe, die nicht nur kurze Impulse geben, sondern die uns lange und ausdauernd stärken und auch von uns kontinuierlich gepflegt und erneuert werden. Und dann können wir uns als EheTeam auch in schwierigen Zeiten darauf verlassen, dass wir regelmäßig neue Kraft aus diesen nachhaltigen Kraftquellen schöpfen können.



Eheteamfragen:

- ☺ Was erleben wir als Paar gerne gemeinsam? Wo haben wir unsere gemeinsamen Kraftquellen?
- ☺ Wo hat jeder von uns Dinge, die ihm alleine Kraft geben? Was mache ich gerne nur für mich?
- ☺ Wie können wir uns Zeit alleine gegenseitig ermöglichen?
- ☺ Ich mache etwas alleine ohne schlechtes Gewissen: gelingt das?
- ☺ Halten wir die Balance zwischen Zeit zu Zweit und Zeit für jeden einzelnen? Sind wir beide damit zufrieden, wie es ist?
- ☺ Das wünsche ich mir von dir: ...

