

Herzlich willkommen!



1. Teil:

**Der Teufelskreis des *Ehewahnsinns* und der
Segenskreis einer kraftvollen Ehe**

Predigtmanuskript vom 4. November 18


FEG Visp
Mitkommen • Ankommen • Weiterkommen

Liebe und Respekt 1. Teil

Der Teufelskreis des *Ehewahnsinns* und der *Segenskreis* einer kraftvollen Ehe

Wir starten heute mit einer **neuen GD-Serie „Liebe und Respekt“** und ich habe mich sehr auf diesen Moment **gefremt**, weil ich überzeugt bin, dass wir *alle* ganz viel **lernen** können zu diesem Thema, egal ob wir die Hochzeit noch vor uns haben, schon lange verheiratet sind oder alleine leben. Diese drei Predigten beziehen sich auf das **Buch „Liebe und Respekt - Die Nähe, nach der sie sich sehnt, die Anerkennung, die er sich wünscht“** von Emerson Eggerichs, einem bekannten amerikanischen Theologen, Familientherapeuten und Autor. Ich bin an unserem Ehe-Seminar im vergangenen April zufällig auf dieses Buch gestossen und war von Anfang begeistert davon. Ich habe schon viele Ehebücher gelesen, aber das ist wirklich das **Beste**, das mir in den letzten 20 Jahren zu diesem Thema begegnet ist.

Es hat mich so angesprochen, dass ich zu Dany sagte, dass wir daraus unbedingt eine GD-Serie machen sollten und das haben wir nun gemeinsam gemacht. Wenn du *nicht* verheiratet bist, denkst du vielleicht, o nein, jetzt kann ich drei Sonntage zuhause bleiben, das ist nichts für mich. Aber ich mache dir sehr Mut, trotzdem dabei zu sein, denn wir alle sind einerseits mit Ehepaaren in Beziehung und es geht immer wieder darum, wie **Männer** und **Frauen** ticken und da wir alle entweder Männer oder Frauen sind, können wir auf jeden Fall profitieren. Ich werde heute also starten und euch das Konzept dieses Buches vorstellen. Dany wird nächsten Sonntag vor allem darauf eingehen, weshalb es für Männer so wichtig ist, dass sie von ihren Frauen **respektiert** werden. Ich werde in einer dritten Predigt darauf eingehen, weshalb **Liebe und Nähe für Frauen** so wichtig ist und was wir Männer diesbezüglich lernen können. Ihr dürft also gespannt sein...!

Ihr könnt das Buch in der **Bücherecke** anschauen und bestellen, falls es euch interessiert. Das ist eine gute Investition! Einige Exemplare

haben wir hier und wir können noch mehr bestellen. In diesen drei Predigten können wir natürlich nur das Allerwichtigste sagen. Wer sich **vertiefen** und alleine oder gemeinsam mit seinem Partner sich diesem Thema stellen möchte, dem empfehle ich sehr, das Buch zu kaufen, weil es einfach noch ganz viele gute Beispiele und Hintergrundinformationen bietet. Es ist sehr ehrlich, anschaulich und auch humorvoll geschrieben. Ich habe in den letzten 20 Jahren einfach schon **zu viele** Ehen **scheitern** sehen und zwar auch Ehen von **Christen**, dass mir das Thema einfach unter den Nägeln brennt und ich denke, wenn wir hier **prophylaktisch** etwas tun und **Ehen stärken** können, dann sollten wir das unbedingt tun gerade auch als Kirche!

Der Teufelskreis des *Ehewahnsinns*

Als erstes möchte ich euch dieses **Rad** vorstellen: Es sieht aus wie ein **Glücksrad**, ist es zwar nicht, aber es gibt trotzdem **viel zu gewinnen!**

Das ist der **Kreislauf des *Ehewahnsinns***, der in unseren Ehen oft ganz schnell ins Rollen kommt.

Ohne Liebe reagiert sie **ohne** Respekt, reagiert er ohne Liebe... usw. Das kann etwas **Kleines** sein, ein **Missverständnis**, eine **Erwartung**, die *nicht* erfüllt wird, ein falsches Wort, im falschen Ton zur falschen Zeit und die entsprechende **Reaktion** darauf und schon ist der „Mist geführt“ und schon **dreht** sich dieses Rad. Dafür müssen wir uns keine Mühe geben, das passiert ganz schnell im Alltag! Und wenn es sich mal dreht, dann dreht es sich...!

Was denkt ihr, **wer** dieses Rad gemacht hat? Ich sicher nicht! Man sieht es, oder? Ein herzliches **Dankeschön an Giorgio**, unseren Hof-Schreiner, der einfach immer mit viel Kreativität und handwerklichem Geschick zur Stelle ist, wenn wir Hilfe brauchen.

Der Segenskreis einer *kraftvollen* Ehe

Auf der anderen Seite seht ihr den *positiven* Kreislauf, das ist der **Segenskreis einer kraftvollen Ehe**:

Seine Liebe ist **Motivation** für ihr(en) Respekt ist **Motivation** für seine Liebe usw.

Wir werden in diesen drei Predigten beide Kreisläufe anschauen und versuchen aufzuzeigen, wie wir möglichst den **Teufelskreis des Ehwahnsinns stoppen** und in den **Segenskreis** wechseln können. Das hat mit bewussten **Entscheidungen** zu tun, die oft in Sekundenbruchteilen ablaufen.

Astrid und ich sind seit **20 Jahren am Üben** einander mit Liebe und Respekt zu begegnen und manchmal gelingt es uns und manchmal nicht, wie ihr das vermutlich alle auch kennt. Wichtig scheint mir, dass man nicht resigniert, sondern versucht, gemeinsam als Paar mit Gottes Hilfe **dranzubleiben**. Das ist das Wichtigste. Scheitern ist erlaubt, Fehler machen wir alle, aber **dranbleiben über Jahrzehnte**, das ist der wichtigste Teil, wenn wir **gemeinsam glücklich alt werden** wollen durch alle **Hochs** und **Tiefs** hindurch. Gott **verändert** uns und es ist so wichtig, dass wir **Gott in unsere Ehe hineinnehmen**, ihn um Hilfe bitten, denn alleine sind wir schnell am Anschlag. Er **kennt** uns und unseren Partner am besten, weil er uns geschaffen hat und **nur er kann uns verändern**, auch wenn wir immer wieder das Gefühl haben, unseren Partner **selber** verändern zu können, was oft im **Frust** endet, weil es nicht funktioniert.

Übrigens das Prinzip von Liebe und Respekt gilt nicht nur für die Ehebeziehung: auch in einer **Arbeitsbeziehung** oder eine Freundschaft ist **gegenseitiger Respekt** wichtig und zwischen **Eltern und Kindern**: Eltern wünschen sich den Respekt ihrer Kinder und Kinder wünschen

sich die Liebe der Eltern. Das gibt dann vielleicht mal noch eine *separate* GD-Serie.

Wir bringen in diesen Predigten auch immer wieder **Beispiele** und wenn gewisse Beispiele **Ähnlichkeiten** mit *deiner* Situation haben, so ist das natürlich nicht geplant aber durchaus willkommen... 😊

Ein Ehemann war eine Woche lang auf **Geschäftsreise**. Während das Flugzeug landet, stellt er sich vor, wie er mit seiner Frau einen **romantischen, sexuell erfüllenden Abend** erlebt. Und so beeilt er sich, nach Hause zu kommen. Als er zur Tür hereinkommt, lauten die ersten Worte seiner Frau: „Du bist früh dran. Naja, wenn du schon mal da bist, könntest du die Kinder von der Schule abholen. Und vergiss bitte den Elternabend heute nicht. Ach ja, und du musst unbedingt mit Stefan reden. Der Lehrer hat gesagt, er lenke seine Freunde vom Unterricht ab. Und könntest du auf dem Weg zur Schule schnell meine Kleider von der Reinigung abholen? Ach, fast hätte ich es vergessen: Wir werden heute erst später zu Abend essen. Meine Schwester kommt noch auf einen Kaffee vorbei.“ So viel zu dem romantischen Abend, den unser Ritter der Geschäftswelt sich ausgemalt hat. Stattdessen spielt er die **zweite Geige** – nach den Kindern, der Reinigung und der Schwägerin. Während er zur Tür hinaustritt, ruft er noch über die Schulter: „**Schön, dich nach einer Woche wiederzusehen!**“ Seine Frau wundert sich zwar über seinen **sarkastischen** Tonfall, doch in dem Moment klingelt das Telefon, und sie kommt nicht dazu, ihm nachzulaufen und zu fragen, was er damit meint. Später, während des Elternabends, spürt sie, dass er immer noch ärgerlich ist, doch auf dem Heimweg sagt sie nichts. Sie ist vom Trubel der vergangenen Woche erschöpft. Ausserdem ist **sie ärgerlich darüber, dass er überhaupt nicht fragt, wie es ihr ergangen ist**. Sie fragt sich, welches Recht er hat, sauer zu sein, wenn er es doch ist, der sich wie ein Kind aufführt. als sie später zu Bett gehen, beschliesst der Ehemann alles **"wiedergutzumachen"** – und zwar auf die für ihn naheliegendste und natürlichste Art. Doch als er sich zu ihr hinüberbeugt, um ihr den **Rücken zu**

streicheln – normalerweise ein guter Einstieg-, sagt sie nur: „**Lass das! Ich bin müde.**“ Wütend und ohne ein weiteres Wort dreht er sich auf die andere Seite, woraus sie, von seinem Ärger verletzt, meint: „Du bist so was von **unsensibel!**“ Ungläubig gibt er zurück: „Das ist ja wohl nicht zu glauben. Ich bin eine Woche weg, dann komme ich heim, und statt mich zu begrüßen, redest du nur von den Kindern und deiner Schwester – und du nennst *mich* unsensibel? Ich bin wohl nur dein **Brötchenverdiener**. Inzwischen ist die Ehefrau zutiefst verletzt und antwortet: „Du hast nicht einmal danach gefragt, wie es mir gegangen ist. **Du interessierst dich doch nur für Sex!**“ Worauf der Mann sagt: „Ich war eine Woche weg! Wenn ich früher auf Geschäftsreisen war, konntest du es gar nicht erwarten, dass ich nach Hause kam. Da hast du mich an der Tür mit einem Lächeln und einem Kuss begrüßt. Jetzt schaust du kaum und sagst nur: „Du bist früh dran.“ Vielen Dank. **Ich habe die Schnauze voll.**“

Geschichten wie diese sind **keine Ausnahme**. *Jedes* Ehepaar kennt seine **eigene Version** dieser Geschichten. Das ist es, was ich den „**Teufelskreis des Ehwahnsinns**“ nenne. Und er **dreht** sich immer und immer weiter.

Ohne Liebe reagiert sie **ohne Respekt**, reagiert er ohne Liebe...usw. Es ist eigentlich ganz **einfach** diesen Kreislauf zu verstehen, aber so **schwierig** ihn zu **verändern!**

Spannungen in der Ehe können unser **Selbstbild völlig zerfetzen**. Nach einer Auseinandersetzung hat der Mann oft das Gefühl, **niemals gut genug zu sein**. Und die Frau hat oft das Gefühl, als Ehefrau und Mutter völlig zu **versagen**. Das **belastet** eine Ehe. Beides ist mir in Gesprächen schon oft begegnet.

Wir haben einen Vers von Paulus aus dem Epheserbrief über diese ganze GD-Serie gestellt:

Paulus schrieb schon vor 2000 Jahren (ich staune immer wieder wie **aktuell** das ist)

Epheser 5,33

*Ein Mann soll seine Frau so **lieben** wie sich selbst. Und die Frau soll ihren Mann **achten**.*

Das ist der *letzte* Vers eines ganzen Abschnitts über das **Miteinander von Mann und Frau in der Ehe**. Lest zuhause mal den ganzen Abschnitt: Epheser 5,21-33. Paulus wird ja manchmal vorgeworfen, er sei **frauenfeindlich**, aber wenn wir uns die damalige Kultur vorstellen, ist er seiner Zeit **weit voraus**, wie **gleichwertig** er Frau und Mann sieht und beide genau gleich herausfordert.

Diese Verse habe ich schon oft gelesen und auch darüber gepredigt, natürlich auch über den Punkt, dass die Frau sich dem Mann als Haupt unterordnen soll und der Mann seine Frau so lieben soll, wie Jesus die Gemeinde liebt, für die er sein Leben gegeben hat. Wir könnten jetzt ganz viel über diese gegenseitige **Unterordnung** sagen, aber wir konzentrieren uns ganz bewusst auf diesen *einen* Vers, dass der Mann seine Frau so **lieben** soll wie sich selbst und die Frau ihren Mann **achten** (ehren, respektieren) soll. Der Rest kommt dann vielleicht zwischen den Zeilen trotzdem auch noch durch... 😊

Der **Zusammenhang zwischen Liebe und Respekt** war für mich noch nie so klar und als ich dieses Buch las und diese beiden Kreisläufe sah in Zusammenhang mit diesem Vers aus Epheser 5, hatte ich ein riesiges **Aha-Erlebnis!** Es war einfach logisch und leuchtete mir ein.

Paulus sagt ganz klar, dass **Frauen Liebe** und **Männer Achtung**, also **Respekt** brauchen. Im Buch von Eggerichs wird aufgezeigt, dass sich praktisch **jedes Eheproblem** auf ein Problem im Zusammenspiel von Liebe und Respekt zurückführen lässt. Das ist vielleicht etwas krass ausgedrückt, aber ich finde, es hat etwas!

Ich möchte hier noch anfügen, dass dieses Konzept von Liebe und Respekt meiner Meinung nach vor allem für Ehepaare funktioniert, die sich **noch etwas zu sagen** haben, wo man noch **miteinander um eine Lösung ringt** und noch **Vertrauen** und **Hoffnung** auf beiden Seiten da ist. Dort wo der „Mist schon so richtig geführt“ ist und man nicht mehr miteinander redet und resigniert hat, wird auch dieses gute Konzept an seine **Grenzen** stossen. So lange man noch miteinander um eine Lösung ringt, so lange gibt es **Hoffnung**. Wenn man nicht mehr kämpft, wird es schwierig.

Wenn ein Ehemann sich **nicht respektiert** fühlt, fällt es ihm besonders schwer, seine Frau zu lieben. Und wenn eine Frau sich **ungeliebt** fühlt, fällt es ihr besonders schwer, ihren Mann zu respektieren. Wenn ein **Mann sich nicht respektiert fühlt**, reagiert er darauf mit einem Verhalten, das seine Frau als **lieblos** empfindet. Und wenn eine **Frau sich nicht geliebt fühlt**, reagiert sie mit einem Verhalten, das ihr Mann als **respektlos** empfindet. Logisch, oder?

Ohne Liebe reagiert *sie* **respektlos**, ohne Respekt reagiert *er* **lieblos**. Auf seine Lieblosigkeit reagiert sie wieder respektlos usw. So entsteht der **Teufelskreis des Ehe-Wahnsinns**.

Dieser Teufelskreis dreht sich weiter und weiter, wenn wir es nicht lernen, ihn zu **unterbrechen**.

In Epheser 5,33 wird klar, dass es das **Grundbedürfnis der Frau nach Liebe** und das **Grundbedürfnis des Mannes nach Achtung und Respekt** gibt. Es ist ein Muss, dass der Mann seine Frau liebt wie sich selbst, und dass die Frau ihren Mann achtet. Könnte man es **eindeutiger** ausdrücken? Paulus macht hier *keinen* Vorschlag, er spricht ein **Gebot Gottes** aus. Ausserdem lautet das griech. Wort, das Paulus hier für „Liebe“ benutzt „**agape**“, und das bedeutet **bedingungslose Liebe**. Der **Mann** ist also sehr herausgefordert. Und die Wortwahl im weiteren Textverlauf deutet sehr stark darauf hin, dass dem Mann **bedin-**

gungslose Achtung erwiesen werden soll. Deshalb ist auch die **Frau** sehr herausgefordert.

Wir sollten diesen Vers *nicht* so verstehen:

„Jeder von euch muss seine Frau so lieben wie sich selbst. Die Frau aber soll ihren Mann achten, falls er es **verdient** hat.“ In diesem Vers besitzt die **Achtung für den Mann** die **gleiche absolute Bedeutung** wie die **Liebe** für die **Frau**. Petrus schreibt dazu in

1. Petrus 3,1-2

*Ihr Frauen, ordnet euch in derselben Weise euren Männern unter! Auch ohne viele Worte sollt ihr allein durch euer **Vorbild** eure Männer **für Christus gewinnen**, sofern sie bisher nicht auf seine Botschaft hören wollten. Wenn sie euer vorbildliches Leben und eure Ehrfurcht vor Gott sehen, wird sie das überzeugen.*

Eine einfache Anwendung dieses Verses wäre, dass eine Frau durch ihren **Gesichtsausdruck** und ihren **Tonfall** ihre **Achtung** gegenüber dem Ehemann zeigt, selbst wenn er *nicht* der Mann ist, den sie gerne hätte. Sie kann ihm in dieser Weise **Achtung zeigen** und trotzdem sein **liebloses Verhalten ansprechen**; sie muss diese Lieblosigkeit *nicht* gutheissen. Es kann sein, dass er **Verachtung verdient** hätte, doch damit wird sie ihn *nicht* gewinnen – ebenso wenig wie Härte und Wut das Herz einer Frau gewinnen können. Interessanterweise begreifen auch Männer den Gedanken von der **bedingungslosen Achtung** nicht auf Anhieb. Frauen wie Männer glauben, dass man sich Respekt **verdienen** muss. Frauen sagen: „Er **verdient** meinen Respekt *nicht*. Er hat mich tief verletzt. Ich liebe ihn, aber ich bin so frustriert und wütend, dass ich ihn **nicht mehr respektieren will**. Nur die **Liebe** zählt. Wenn er mich so lieben würde, wie ich es brauche, dann würde ich ihn wahrscheinlich auch mehr respektieren.“ Aber **bedingungsloser Respekt** gehört genauso zusammen wie **bedingungslose Liebe**. **Beide sind gefordert**, ihren Teil beizutragen.

Wenn eine Frau einfach fordert, ihr Mann müsse sich den **Respekt verdienen**, bevor sie bereit ist, Achtung zu zeigen, gerät er in eine Situation, in der er nur **verlieren** kann. Er ist nun in der Beziehung für **beides** verantwortlich – für Liebe und Respekt. Er muss seine Frau **bedingungslos lieben** und sich ihren **Respekt verdienen**. Deshalb macht er dann oft **dicht**.

Es geht *nicht* darum, ob der Mann den Respekt **verdient**, sondern um die **Bereitschaft** der Frau, ihrem Mann respektvoll zu begegnen, **ohne Bedingungen** zu stellen. Das gleiche gilt für den Mann, seine Frau **bedingungslos zu lieben**. Das erfordert von *beiden* Seiten viel **Reife!** Und **Reife** ist leider oft **Mangelware** und zwar auf beiden Seiten! Wir reagieren manchmal so **unreif wie Teenager** das tun, ziehen uns **verletzt** in unser **Selbstmitleid** zurück und **schweigen** einander an. Damit üben wir **Druck** aus und Druck und Machtspiele helfen selten in einer Beziehung.

Es gibt **viele Ehebücher**, die herausheben, wie wichtig es ist, dass Männer ihre Frauen **lieben**. Der besondere Aspekt dieses Buches von Eggerichs ist der Gedanke, dass Frauen ihren Männern **bedingungslose Achtung** erweisen sollen. Es zeigt welche **Kraft** in bedingungsloser Liebe *und* bedingungslosem Respekt verborgen liegt.

Die Botschaft von der **bedingungslosen Liebe**, die in den letzten Jahren viel betont wurde, ist eben nur die **halbe Wahrheit**. Paulus gibt uns einen durchaus vernünftigen Rat in Epheser 5,25.28: „**Ihr Männer, liebt eure Frauen** so, wie Christus die Gemeinde geliebt hat! Er hat sein Leben für sie gegeben...So müssen auch die Männer ihre Frauen lieben wie ihren eigenen Körper. Denn ein Mann, der seine Frau liebt, liebt sich selbst.“

Doch die ständige Betonung der bedingungslosen **Liebe** konnte **Männer weder motivieren noch befähigen**, ihre Frauen liebevoll zu behandeln – zumindest nicht so liebevoll, wie ihre Frauen sich das ge-

wünscht hätten. Woran es **fehlte**, war der **Zusatz**: „*Die Frau aber soll ihren Mann **achten.**“* (Vers 33).

Eine Frau schreibt, nachdem sie die Botschaft von Liebe und Respekt gehört hat:

Mein Mann ist keiner, der Süssholz raspelt. Er ist gern in der freien Natur, um an allen möglichen Orten der Welt auf die Jagd zu gehen. Davon leben wir. Wie auch immer – ich kam mir erst blöd vor, aber trotzdem sagte ich zu ihm: „Schatz, ich konnte letzte Nacht nicht schlafen, und da habe ich mir Gedanken darüber gemacht, **welche Dinge ich an dir besonders achte.**“ Er reagierte zunächst nicht darauf, aber ich spürte, wie eine gewisse Anspannung wich. Zwei Tage später kam er zu mir, nachdem er den ganzen Tag mit anderen Männer in einem Jägerstand zugebracht hatte, und meinte: „Du hast mir heute gefehlt. Es wäre schön gewesen, wenn du dabei gewesen wärst. Ich musste den ganzen Tag daran denken, was für ein **süßes Mädels** du bist.“ Ich hätte beinahe laut aufgelacht – er nannte mich ein „süßes Mädels“, dabei bin ich schon **Grossmutter**. Aber es ist ungeheuer schön, wenn man sich **geliebt** fühlt. Inzwischen ist mir bewusst, dass ich ihm in der Vergangenheit auf vielerlei Weise **Missachtung** signalisiert habe, **ohne es zu wollen**.

Achtung macht etwas mit einem Mann. Das setzt eine ganze Menge **positive Energie** frei. Das liegt daran, dass Gott ihn so geschaffen hat. Wenn Astrid zu mir sagt: „Ich bin **stolz** auf dich oder diese **Predigt** war der **Hammer**“, dann habe ich **so viel Energie**, dass ich sämtliche Spinnen und Abfälle im Haus für sie beseitige, 1 Jahr lang die Geschirrwaschmaschine ausräume, mit den Kindern spiele, für die ganze Familie einkaufen gehe und schwierige Konfliktgespräche mit anderen anpacke...! Sie kümmert sich dafür um alle technischen Fragen, bezahlt die Rechnungen und geht mit den Kindern an den Eishockey-Match...So **ergänzen** wir uns und zeigen uns ganz praktisch Liebe und Respekt im Alltag auch ohne Blumenstraus, darin bin ich *nicht* so gut.

Das Problem ist, dass wenn wir Respekt und Liebe *nicht* von unserem **Ehepartner** erhalten, wir anfällig werden, uns das **ausserhalb** der Ehe zu holen. Auf einmal gibt uns die **Sekretärin** die **Bewunderung** und **Achtung**, die wir uns als Mann wünschen („endlich jemand, der zu mir *aufschaut*“) oder der **Musiklehrer** oder **Arbeitskollege** gibt uns als Frau das Gefühl **begehrt** und **geliebt** zu sein. Dann kann es ganz schnell ganz schwierig werden. Deshalb ist es so wichtig, dass wir unsere **Hausaufgaben** machen und dran bleiben. Das Thema ist einfach **zu wichtig** um es zu vernachlässigen.

Epheser 5,33 sagt, dass der Mann das Bedürfnis hat, als Haupt geachtet zu werden, als derjenige, der berufen ist, sein Leben hinzugeben. **Der Prinz zieht für die Prinzessin in die Schlacht – nicht umgekehrt.** Folglich strebt die Frau auch nicht danach, „als Haupt“ geachtet zu werden. Sie sehnt sich vielmehr danach, als **kostbares Gegenüber geehrt, geachtet** und **wertgeschätzt** zu werden.

Soviel einmal für heute. Ich hoffe, dass ihr „**gluschtig**“ geworden seid, dieses tolle **Ehebuch** zu lesen und auch an den **nächsten beiden Predigten dabeizusein**. Dann habe ich mein **Ziel** für heute erreicht. Ich wünsche uns allen ganz viel Mut, es einfach immer wieder zu versuchen, den **Teufelskreis des Ehwahnsinns zu stoppen**, und in den **Segenskreis** einer kraftvollen Ehe zu wechseln. **Allein schaffen wir das nicht**, aber mit **Gottes Hilfe** ist es möglich, auch langjährige schwierige Muster zu durchbrechen, wenn wir ihn darum bitten. Geht auch aufeinander zu, **bleibt nicht alleine**, nehmt **Hilfe** in Anspruch. Auch Dany und ich sind gerne bereit, uns mit euch zu treffen und mit euch einen **Weg zu gehen**. Wir sind **selber auch am Lernen** und **Buchstabieren** und so können wir **voneinander lernen**. Wenn ihr als Ehepaar Gott noch nicht als „Dritten in euren Ehe-Bund“ eingeladen habt, kann ich euch gerne helfen, das zu tun und zwar in einem einfachen Gebet. Sprecht mich einfach nach dem Gottesdienst darauf an. Das ist der **wichtigste** Punkt, um gemeinsam wachsen zu können, denn wir können immer nur das weitergeben, weil wir **selber empfangen** haben.

Gott ist derjenige, der uns selber **zuerst geliebt** und **geachtet** hat und deshalb werden wir fähig, das auch unserem Ehepartner zu schenken. Ich mache euch allen Mut, in den nächsten Tagen als Paare nochmals über dieses Thema offen zu sprechen, geht die **Fragen** auf dem **GD-Flyer** durch, sagt einander, wann ihr euch als Männer von euren Frauen **respektiert** fühlt und sagt euren Männern, wann ihr euch als Frauen **geliebt** fühlt und wie ihr den **Ehewahnsinn stoppen** und in den **Segenskreis** wechseln könnt. Gott **segne** euch alle reich.

Gebet

„Vater im Himmel, danke für deine **bedingungslose Liebe** zu uns, dass du uns durch deine Liebe fähig machst, auch **einander zu lieben**. Hilf uns, dass wir uns als Paare gegenseitig respektieren, achten, ehren, lieben und aufeinander eingehen. Du siehst, wie wir einander immer wieder mit Worten und Taten **verletzen** und den **Teufelskreis des Ehewahnsinns** in Bewegung setzen. Du siehst unseren **Egoismus**, unser Versagen, unsere schwierigen **Charaktermuster**, die sich tief eingepägt haben. Danke, dass unsere Schwächen für dich *kein* Problem sind. **Wir brauchen so sehr deine Hilfe o Gott**. Hilf uns, einander zuzuhören, hilf uns, diesen Teufelskreis im Alltag **stoppen** zu können und in den **Segenskreislauf** zu wechseln, dass wir einander respektieren und lieben können, einander motivieren können, **dranzubleiben** über viele Jahre, so wie du unser ganzes Leben lang dran bleibst, uns zu lieben und zu verändern. Ich bitte dich gerade für die Ehepaare, die es **schwer** haben, die vielleicht schon **resigniert** haben, dass sie **neue Hoffnung** schöpfen, dass sie es nochmals wagen, sich nochmals eine **Chance** geben, weil du uns auch immer wieder eine neue Chance gibst. Herr, **segne** unsere Ehen, denn das ist das was wir wirklich brauchen. Schenk uns den Mut, **offen** miteinander ins Gespräch zu kommen und gemeinsam einen guten Weg zu finden **mit dir in unserer Mitte**. Wir laden dich ein: **Sei du die Mitte** unserer Ehe, komm du in unser Leben, wir geben es dir. Danke, dass es bei dir **immer Hoffnung auf Veränderung** und **Heilung** gibt. Wir danken dir, für das was

du bis heute schon getan hast in unseren Ehen und auch für das, was du in der Zukunft noch tun wirst. Wir **vertrauen** dir, dass du dort erst richtig beginnst, wo wir ans Limit kommen. Amen.“

Fragen zur persönlichen Vertiefung und für die Kleingruppen:

- Lies das **Buch „Liebe und Respekt“** von Emerson Eggerichs.
- Lies **Epheser 5,21-33** und **1. Petrus 3,1-2**
Was bedeutet das für dich als *Mann* und als *Frau*?
- Als **Mann**: Wann fühlst du dich von deiner Frau **respektiert** und **geachtet**?
- Als **Frau**: Wann fühlst du dich von deinem Mann **geliebt**?
- Wo habe ich als Frau **respektlos** reagiert, weil ich mich nicht geliebt gefühlt habe? Wo brauche ich **Veränderung**?
- Wo habe ich als Mann **lieblos** reagiert, weil ich mich nicht respektiert gefühlt habe? Wo brauche ich **Veränderung**?
- Als **Ehepaar**: Bei welchen Gelegenheiten finden wir uns immer wieder im **Teufelskreis** des **Ehewahnsinns** wieder?
Was sind die **Auslöser**?
- Wie könnten wir diesen Teufelskreis **stoppen** und versuchen in den **Segenskreis zu wechseln**?
- Welche Rolle spielt **Gott** in eurer Ehe? Habt ihr ihn bewusst als **„Dritten im Bund“** eingeladen? Wenn nicht, was spricht dagegen, das gleich **heute** zu tun?
- Wenn du *ohne* Ehepartner lebst: Wo sind Ehepaare in deiner Umgebung, denen du helfen könntest, sie in irgendeiner Weise unterstützen könntest z.B. mit ihren Kindern?

© Heini Schaffner, Kleegärtenweg 12, 3930 Visp