

„Ich will dich lieben
achten und ehren...“

7 Wochen
JA sagen



Text als Audio-Datei:



LIEBES PAAR,

JA!
zu Dir

als ich meiner Frau das erste Mal gesagt habe, dass ich mit ihr zusammen sein möchte, durchströmte mich ein Glücksgefühl. Ihr ging es glücklicherweise ebenso. Auf ihr „Ja“ bin und war ich angewiesen. Unser „Ja“, war kein „Ja“ vielleicht, kein „Ja“ aber, es war im Laufe der Zeit gewachsen und in diesem Moment grenzenlos. **Erinnert ihr euch an euren Moment des „Jas“ zueinander, an das Gefühl dabei?**

Mein „Ja“ spreche ich in einer bestimmten Situation zu diesem Menschen, den ich liebe, so wie ich ihn oder sie jetzt wahrnehme. Es tut gut, genauso angenommen und geliebt zu werden. Du hast lustige Seiten und ernste, schrullige und liebenswerte, bist nicht perfekt, aber genau so mag ich dich und nehme dich an. Diesen Moment kann ich nicht einfrieren. Jeder Mensch entwickelt sich, verändert sich im Laufe des Lebens. Ebenso verändert sich meine Wahrnehmung, manchmal zum Positiven: „Deine Gründlichkeit, die ich am Anfang doof fand, erlebe ich jetzt als Zuverlässigkeit.“ Es kann aber sein, dass mir die zuvor als einfach nur schrullig wahrgenommene Eigenschaft jetzt auf die Nerven geht. Das Lachen, das mir so fröhlich vorkam, ist jetzt viel zu laut, die liebenswerte Genauigkeit wird als Perfektionismus erlebt, die nervt... **und dann?**

Rosarote Brillen drücken mit der Zeit

Muss ich jetzt an meinem „Ja“ kleben bleiben, ich habe doch jemand ganz anderen gemeint? Oder habe ich nur nicht mitbekommen, wie mein:e Partner:in sich verändert hat? Habe ich mich nicht auch verändert? Oder habe ich nur die „rosarote Brille“ abgenommen? Zu meinem „Ja“ kann ich stehen, weil es auch **eine Entscheidung ist, sich gemeinsam zu entwickeln**. Dabei sind Veränderungen eingeschlossen. Ich bin neugierig darauf, wohin sich unsere Beziehung entwickelt, was aus diesem Ich – Du – Wir wird. Mein unbedingtes Interesse an dem geliebten Menschen lässt mich diesen immer wieder neu entdecken, und das hört nie auf. Auch eine in meinen Augen negative Eigenschaft macht nie den ganzen Menschen aus, sondern ist nur Teil von ihm. Die Liebe lebt mit der Unvollkommenheit und bleibt offen für Überraschungen!

UNVERHOFFT KOMMT OFT

Meine Frau überraschte mich zum Beispiel damit, eine Fortbildung als Sterbebegleiterin machen und sich im Ambulanten Hospiz engagieren zu wollen. Ein für mich völlig neues Thema und es war faszinierend für mich, ihre Entwicklung in diesem Bereich zu beobachten und mitzubekommen. Ich habe sie in ihrem Wunsch unterstützt, auch wenn es viel zeitliches Engagement ihrerseits erforderte.

Etwas Neues beim Anderen zu entdecken heißt wahrnehmen und akzeptieren. Veränderung geschieht. Ich kann dann liebevoll zurückspiegeln, wie ich die Veränderung erlebe. Wie froh bin ich, wenn auch meine schrulligen Seiten und Veränderungen durch meine Frau akzeptiert werden. Menschliche Liebe ist echt, auch wenn sie begrenzt ist. Da ist es hilfreich, mein Idealbild von dir mehr an die erlebte Realität anzupassen auf dem Weg zu einer harmonischeren Partnerschaft.

Georg Kalkum



IMPULSE

- Vorher – Jetzt Challenge: gibt es etwas, was euch am Anfang der Beziehung gestört hat, im Laufe der Zeit aber positiver wahrgenommen wird?
- Gönnt euch in dieser Woche einen gemeinsamen Spaziergang und lasst euch von den Fragen zu einem Austausch miteinander inspirieren:

Arnold Retzer, ein bekannter Paarpsychologe, sagt: „Je mehr man versucht, den anderen zu ändern, desto verlässlicher bleibt er derselbe.“ Welche Erfahrungen habt ihr gemacht?

Welche Veränderungen hast du an mir wahrgenommen?

Wie haben meine Veränderungen auch dich berührt, etwas in dir verändert?

Was hat mich herausgefordert – mich bereichert – in Bewegung gebracht?

Wo wünsche ich mir ein „Ja“ von dir zu mir?

Spirituell tiefer eintauchen?

Auf unserer Website werdet ihr fündig!

www.7wochenaktion.de/impulse



Wie gefällt euch die 7-Wochen-Aktion?

Über Anregungen und Kritik freuen wir uns sehr:
info@akf-bonn.de | Herausgeberin: AKF e.V. | ©2025