



Ein Ritual trägt
(nicht) die ganze
Beziehung!?

7 WOCHEN
WERTVOLL

LIEBES PAAR.

haltet einen Moment inne, schaut euch an und erzählt euch dann: Welches gemeinsame Alltagsritual ist mir total wichtig? (zum Beispiel das Kuscheln am Morgen, der Abschiedskuss, der Sonntagsspaziergang, ...)

Achtung, jetzt kommt eine kleine „gemeine“, aber tiefgehende Frage dazu: Warum? Weshalb bedeutet dieses (möglicherweise nur kleine) Zeichen so viel?

WENN RITUALE SICH VERÄNDERN

Gab es in eurer Beziehung auch schon Rituale, die jetzt nicht mehr bestehen, so wie bei Steffi und Max? Steffi und Max haben durch ihren besonderen Kennenlernmoment jahrelang per Messengerdienst einen Tulpen-Smiley an die andere Person geschickt, wenn sie an einem Blumenladen vorbeikamen.

Heute ist das Ritual „eingeschlafen“, weil es sich nach vielen Jahren und einer inzwischen gänzlich anderen Lebenssituation für die beiden einfach nicht mehr passend anfühlt, auch wenn ihnen der Abschied schwerfiel.

Ganz „ketzerisch“ frag' ich einfach mal: Heißt das jetzt, die beiden lieben sich nicht mehr? Bedeutet der Wegfall ihres Rituals, dass auch ihre Liebe am „Ausschleichen“ ist? Nein, Gott sei Dank nicht! Ein Ritual allein trägt natürlich nicht die ganze Beziehung und die beiden hätten es auch nicht bis zu ihrem Lebensende durchhalten müssen.

Ich bohre noch ein drittes Mal nach: Weshalb hängt die Beziehung von Steffi und Max nicht an diesem einen Ritual? Würde man es einführen und durchhalten, wenn es nicht wirklich wichtig und **WERT**voll wäre?

Brief 1 Paaredition

WERTVOLLE KLEINIGKEITEN





Euer Mathias Schaller
Bamberg

Brief 1

Paaredition



Meine spontane Antwort wäre: Solche Dinge ändern sich mit der Zeit. Was früher das „süße gemeinsame Zeichen“ war, kann sich später wie „totaler Kitsch“ anfühlen und nicht mehr zur gereiften Beziehung passen.

Oder anders herum: Früher fand ich es furchtbar, wenn langjährige Paare schweigend im Restaurant vor sich hin aßen. Heute genießen meine Frau und ich auch manchmal eine solche stille gemeinsame Zeit ...

Aber wenn es nicht das Ritual ist, was ist denn dann das „WERT-volle“? Ich habe meine Antwort im Umdrehen des Wortes gefunden: Für mich ist ein Ritual mehr als nur eine wohltuende, routinierte Handlung.

Ich glaube jedes Ritual steckt „voll von Werten“.

Für mich geht es in der Geschichte von Steffi und Max nicht darum, dass sie sich immer einen Tulpen-Smiley schicken müssen, wenn sie einen Blumenladen sehen. Ich denke, ein gemeinsamer WERT von ihnen könnte „Verbundenheit“ sein. Sie spüren durch die kleinen, unerwarteten Nachrichten die Nähe zueinander: Die andere Person denkt gerade an mich.

Wenn das Ritual im Lauf der Zeit einschläft, ist das schade, aber vielleicht nicht so schlimm. Kennt man den gemeinsamen WERT dahinter, lässt dieser sich auch anders ausdrücken – eben so, wie es gerade für das Paar passt.

Wie geht es euch mit diesem Gedanken – hinter euren Ritualen sind eure (gemeinsamen) WERTE verborgen? Könnt ihr mitgehen? Ich wünsche euch, dass ihr in den kommenden sieben Wochen bei unserer Aktion mit viel Spaß entdeckt, was „WERT-voll“ für euch bedeutet.

AKTION

Vielleicht reichen euch bereits die Fragen und Gedanken aus dem Text für euren gemeinsamen Austausch. Falls nicht, kommen hier ein paar weitere Anregungen:

Wenn ihr euch eure Lieblingsalltagsrituale vom Anfang des Textes anschaut: Steckt dort ein für euch wichtiger WERT drin?

Gibt es bei euch ein Ritual, das „eingeschlafen“ ist? Wurde es vielleicht durch ein anderes ersetzt?

Denkt an das Beispiel der Paare, die beim Essen schweigen: Welches Ritual oder Verhalten erschien euch früher „irgendwie komisch“ oder kitschig? Seht ihr das inzwischen anders?

Kennt ihr Rituale von anderen Paaren? Habt ihr Lust davon eins in den nächsten sieben Tage auszuprobieren?



Den Text als Audio hören:



Auf allen gängigen Podcast-Plattformen oder Direkt hier



Spirituell tiefer eintauchen?

Auf unserer Webseite 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.
©2026