

09:00 Begrüßung und Eröffnung

Spiritueller Impuls, Begrüßung, Vorstellen des Referenten

09:30 Workshop

„Bedingungslos lieben...“ – vor Gottes Angesicht nehme ich dich an

10:30 Pause

11:00 Workshop

„Bedingungslos lieben...“ – ich will dich lieben, achten u. ehren alle Tage

12:30 Mittagessen

„Bedingungslos lieben...“ – als Zugang zum Sakrament: anhand des Trauungsspruchs

DANKE für die wertvolle Arbeit! Danke für Euer DASEIN!

**Vorbemerkung:**

Dieser Tag ist für mich gedacht als Hintergrund für EUCH – als Referent/innen und nicht in 1. Linie für die Brautpaare! Dennoch ist es Ziel des Tages, dass wir uns selbst damit beschäftigen und so etwas leichter verständlich machen können, was „Sakrament“ heißen kann – und diese Erfahrungen ziehen sich durch alle Elemente beim Trauungsspruch u. deshalb wohl auch beim Eheseminar! Grundsätzlich wollen alle Paare, die sich auf die kirchliche Trauung vorbereiten, auch verbindlich miteinander leben und ALLES dafür tun, dass ihre Liebe über die Jahre hält bzw. tiefer wird.

Deshalb sprechen sie auch den Trauungsspruch aus ganzem Herzen authentisch.

Am Beginn jeder Beziehung steht der Wunsch und die Entschlossenheit, glücklich zu werden, indem der eine für den anderen da ist. Dieser Wunsch ist stärker als irgendein Zweifeln oder Zögern. In diesem Zusammenhang möchte ich unterscheiden zwischen zwei Arten von Beziehung, die jedes Paar erlebt:

1. Die „Beziehung als Vertrag“ und
2. Die „Beziehung als Bund“.

In einer vertraglichen Beziehung ist der wichtigste Aspekt die Vereinbarungen, die Paare miteinander treffen. Diese vertragliche Beziehung ist eine Sache des Gleichgewichts zwischen Rechten und Pflichten. In einem Vertrag gibt es immer Bedingungen. Wenn ich meinen vereinbarten Teil einbringe und du bringst deinen ein, dann ist die Beziehung in Ordnung. Im Alltag ist auch ganz „normal“, dass die Liebe mit Bedingungen gelebt wird – nach dem Motto: „Ich tue etwas für dich, dafür erwarte ich mir, dass du ein anderes Mal etwas für mich tust.“ z.B.: Ich übernehme den Kinderdienst bzw. die Hausarbeit, damit du einen Abend für dich bzw. für dein Hobby hast. Deshalb erwarte ich, dass du ein anderes Mal etwas Ähnliches für mich tust.

Da ist nichts falsch an dieser Art von Beziehung. Paare können nicht als Paar zusammenleben, ohne Vereinbarungen über bestimmte Dinge zu treffen. Aber alle wissen und SPÜREN, dass es noch eine tiefere Sehnsucht gibt, die unbewusst beim Wunsch nach einer kirchlichen Trauung mitschwingt: **MEHR** als eine vertragliche Beziehung, MEHR als ein gemeinsames Projekt, das ja auch zur Ehe dazugehört – wie z.B.

Wohnraum schaffen, gemeinsam Urlaub fahren, Kinder ins Leben begleiten bzw. ehrenamtlich tätig (fruchtbar) zu sein.

Und das bringt uns zum „Liebesbund“. Ein Bund ist ein Versprechen, treu zu sein und als Paar einander zu lieben, was immer auch geschieht. Da gibt es keine Frage von Anspruch oder Berechtigung auf das, was versprochen oder erwartet wurde. Mit anderen Worten: *Diese Liebe ist bedingungslos*. Die Liebe der beiden Partner ist wichtiger als die Vereinbarungen, die sie getroffen haben. Paare wollen in ihre Beziehung investieren und sie bereichern. Sie wollen MEHR!

Hier geht es nicht darum, dass ich mich für etwas entscheiden muss, was ich im Moment nicht so sehr mag, sondern es geht um meine Haltung: den Partner zu lieben, ohne eine Bedingung daran zu knüpfen.

z.B.: Ich lade dich zu einem Spaziergang ein und lasse es frei, ob du Lust dazu hast.

Oder: Ich begleite dich zum Arzttermin, weil ich weiß, dass du das schätzt, und ich habe keine Erwartung, dass du dasselbe für mich tust.

Oder: Ich lade dich zum Kaffee ein, weil du mir wichtig bist.

Noch einmal als unterscheidende Zusammenfassung:

z.B. ich gieße die Blumen, weil du mich gebeten hast und als Gegenleistung dafür hilfst du mir bei der Computerarbeit.

Das erkenne ich als „vertragliches Lieben“

Dasselbe Beispiel gibt es auch als bedingungsloses Lieben, das den Liebesbund zum Ausdruck bringt: ich gieße die Blumen, weil Du es hilfreich erlebst und ich tue es einfach, weil ich dich liebe ... ohne irgendeine Bedingung daran zu knüpfen.

Daneben gibt es noch die Entscheidung zum Lieben, die auch das SAKRAMENT zum Ausdruck bringt, d.h. dass ein Partner JA zum

anderen sagt – im Sinne von „ich entscheide mich für dich“ z.B. ich fahre mit dir auf Urlaub zum Meer, weil ich weiß, dass du es gerne magst, obwohl es mir lieber ist, in den Bergen Urlaub zu machen. Oder ich reduziere mein Tempo beim Autofahren, weil ich weiß, dass du Angst und Sorge hast und dich nicht wohl fühlst. Etc.

Nach meiner Wahrnehmung meint Jesus im Evangelium genau diesen Liebesbund, wenn er sagt (Joh 13,34-35):

34 Ein neues Gebot gebe ich euch: Liebt einander!

Wie ich euch geliebt habe, so sollt auch ihr einander lieben.

35 Daran werden alle erkennen, dass ihr meine Jünger seid: wenn ihr einander liebt.

So wie Paare ihren Liebesbund leben und einander bedingungslos lieben, sind sie ein Zeichen für diese bedingungslose LIEBE, für die Liebe Jesu.

Für mein Verständnis trifft dies den Kern der Bedeutung vom Sakrament der Ehe! Nicht als moralische Verpflichtung: JETZT **musst** Du Gottes Liebe sichtbar machen, sondern als „Geschenk“, das automatisch durch unser Lieben in die Welt fließt – vgl. das Wort Jesu in der Bergpredigt (Mt 5) „Ihr SEID das Salz der Erde. Ihr SEID das Licht der Welt“. Jesus sagt nicht, dass ich es sein soll oder muss, sondern dass ich es BIN. Das gilt auch für mich als Priester: Wenn ich die Mitmenschen, mit denen ich in Beziehung und Kontakt bin, bedingungslos liebe, dann wird die Welt ein Stück liebevoller oder auch „gott-voller“ an dem Ort, wo ich dies lebe; einmal stärker, einmal weniger stark, aber IMMER!

***Einzelreflexion und Austausch*** mit einer 2. Person bzw. im Paar kurz überlegen und dann darüber reden (um zu sehen, wie es jede/r sieht –

es kann ja durchaus unterschiedlich sein, deshalb bitte mir großer Achtsamkeit) – ca. 10 min

**Wie weit ist mir dieser Unterschied zwischen Bund und Vertrag bewusst? Hat eines vielleicht mehr Gewicht? Was ist meine persönliche Erfahrung?**

Wir gehen einen weiteren Schritt:

**Der Ehebund als Zeichen des Bundes zwischen Gott und den Menschen**

Hier will ich nicht die Theologie oder Moral strapazieren, denn dies hat oft schon zu unseligen Überhöhungen geführt, z.B. dass Paare auf Gedeih und Verderb zusammenbleiben müssen, auch wenn sie einander nur noch verletzen und nicht einmal eine Beziehung als Vertrag möglich ist [weil sie eben den Bund der Liebe Gottes zu uns darstellen SOLLEN!]

Auf dem Hintergrund ist dann eine Scheidung, v.a. aber eine standesamtliche Wiederheirat DAS Sakrileg schlechthin...

Aber zwei Bilder, die uns sehr vertraut sind, möchte ich hier in Erinnerung rufen:

- Der Regenbogen als Zeichen des Bundes zwischen Gott und Mensch im Ersten Testament.
- Die Analogie der Liebe vom Bräutigam zur Braut übertragen auf die Liebe Jesu zu seiner Kirche.

Dies ist für mich auch die Grundlage des bedingungslosen Liebens von uns als Menschen, dass wir vor aller Leistung von Jesus bedingungslos geliebt sind, d.h. dass wir die Erfahrung des Geliebtseins gemacht haben bevor wir in der Lage sind, bedingungslos zu lieben!

Und das meint für mich die Gnade des Ehesakraments, dass nicht „Gott der Dritte im Bund von zwei Menschen ist“, wie wir das gerne

formulieren. Sondern für mich bedeutet es, dass ich von Gott bedingungslos geliebt bin und einzigartig aus Liebe erschaffen – als innerste Grund-Konstitution im Herzen, selbst lieben zu können, zum Lieben fähig und geschaffen zu sein. Eltern lieben ihre Kinder bedingungslos, weil wir selbstverständlich glauben, dass sie aus Liebe geschaffen sind ...

Wenn ich von dieser Grundlage ausgehen kann, ist es (theoretisch) unmöglich, in der Paarbeziehung zu kurz zu kommen. Im Gegenteil: in der Liebe des Partners, die ich wahrnehme, verstärkt sich meine innere Gewissheit, dass ich geliebt bin vor aller Leistung, dass ich aus Liebe geschaffen bin. D.h. Partner können einander in der GÖTTLICHEN Liebe bestärken, wenn sie es bewusst wahrnehmen, bedanken und daraus leben und werden aus dieser Dankbarkeit heraus wieder neu fähig, selbst liebevoll zu sein bzw. bedingungslos zu lieben.

Es ist eine Spirale nach oben, ein MEHR-Wert, den wir als Sakrament (als Zeichen) des göttlichen Liebens benennen.

**Querverweis:** Ähnlich haben die 10 „Gebote“ im Ersten Testament eine ganz entscheidende Einleitung, die zum Fundament hat – sinngemäß: „Wenn du mich als Gott der Befreiung, als Gott deines Volkes erfahren hast, der zu dir steht und dein Leben verteidigt hat gegen alle übermächtigen Feinde .... DANN wirst die Gebote leben als ANTWORT auf die erfahrene Gnade“ (im Originaltext heißt es „du wirst“ und nicht „du sollst“). Wir leben es leider oft umgekehrt und kommen dadurch oft zu kurz: Wir glauben, wir müssen liebevoll sein und Gebote erfüllen, damit Gott uns liebt (oder Menschen uns lieben) – in Wahrheit ist es umgekehrt: wir sind geliebt und werden aus der Fülle dieser Wertschätzung selbst Liebende sein ...

Und dadurch ist jeder (noch so kleine) Schritt ein MEHR-Wert!

Also geht es um die HALTUNG, und das ist DER Unterschied in der Auswirkung auf die Menschen: wenn ich keine Bedingungen an mein Lieben knüpfe, ist das Lieben bzw. der Partner niemals Mittel zum Zweck. Es ist ein MEHR-Wert, der trotzdem als freie (bedingungslose) Antwort auf mich zurückfließt und mich wieder neu (göttlich liebend) belebt (Stichwort „Vermehrung“ – vgl. die Gleichnisse Jesu)  
Das heißt für mich (eheliche) „**Spiritualität**“ – die Haltung, mit der ich etwas mache – der Unterschied zwischen Fenster putzen u. Fenster putzen, Auto fahren u. Auto fahren, Messe zelebrieren und Messe zelebrieren etc.

Mache ich es, weil ich es muss bzw. aus Berechnung? Oder bedingungslos – aus Liebe zu mir und den Menschen?

Dies nenne ich „**Sakrament der Ehe im Alltag leben**“ oder auch die „**eheliche Spiritualität**“ – und diese möchte ich durchbuchstabieren mit den Worten vom Trauungsspruch – und damit in Beziehung setzen zu den Inhalten beim Eheseminar. [Auch am Nachmittag wird es noch ausführlich die Möglichkeit dazu geben ...]

Damit wird für mich klar: „Sakrament“ ist eigentlich kein Thema unter den anderen Themenfeldern des Eheseminars, sondern durchzieht die Themen wie der inhaltliche **rote Faden** – als die **SEELE** des Eheseminars, Trauungsspruchs, der Hochzeit und des Ehe-Alltags, in Wahrheit meines ganzen Lebens (in Beziehung).

***Wo seht IHR im persönlichen Leben und im Trauungsspruch diesen ROTEN FADEN der „Spiritualität“ bzw. des bedingungslosen Liebens?***

***Arbeit als Gruppe zu je 8 Personen (4 Paare) ca. 6 Gruppen für insgesamt 30 Minuten***

**Präsentation:** Vorlesen der Stichworte (ohne Erklärungen)

**Zusammenfassung (Michael)** – je nach verbleibender Zeit

bzw. Verweis auf schriftliche Form zum Nachlesen

**„N., vor Gottes Angesicht nehme ich dich an als meine Frau /  
meinen Mann ...“**

Am Beginn steht der **VORNAME** des Partners / der Partnerin. Damit bestätige ich die göttliche Wirklichkeit in der Seele dieses Menschen, was in der Taufe und Firmung bestätigt wird: Du bist einzigartig geschaffen, geliebt und geschätzt! (s. oben)

Hinweis auf die Unterschiedlichkeit als Paar (persönliches Beispiel geben), mit der wir starten vor aller Wertung! Diese Unterschiede wollen wir GUT SEIN LASSEN – damit leben wir das „ich nehme dich an“.

Das ist die Antwort auf unsere innerste Sehnsucht (auch von mir als Priester): ich möchte angenommen sein, wie ich bin.

*Themen beim Eheseminar:* Biografie – Herkunft(s)-Familie (Eltern, die den Vornamen ausgesucht haben)

## **VOR GOTTES ANGESICHT**

Das heißt für mich: in der Haltung Deiner Geschöpflichkeit und meiner Geschöpflichkeit! Wenn ich glauben kann, dass ich aus Liebe geschaffen bin und deshalb einzigartig liebenswert VOR aller Leistung, kann ich es auch für dich glauben. D.h. auch, dass wir als Partner schon bevor wir uns kennen gelernt haben, verbunden waren durch den Bauplan im Herzen bzw. in der Seele (wir sind aus LIEBE – und dadurch EINS).

*Themen beim Eheseminar:*

Mein / Dein persönlicher Glaube bzw. Gottesbild. Wie möchten wir es konkret in unserem Miteinander leben? Sagen wir einander – wie oft am Beginn des Eheseminars – was wir besonders schätzen bzw. bedanken?! Das ist wie das schönste „Gebet“ im Paar.

## **NEHME ICH DICH AN**

Hier wird es oft schon sehr spannend, wenn Paare diesen Text sprechen; dann sagen sie oft „nehme ich dich zu meiner Frau / meinem Mann“ – und schon ist die gesamte Bedeutung ver-rückt!

Dich nehmen ist fast ein Gegensatz zum „Dich annehmen“, es zeigt eine besondere Herzens-Haltung!

Angenommen sein ist eine Erfahrung und Form, geliebt zu sein.

Die Gnade, geliebt zu sein, geht der Gnade (dich) zu lieben voraus – deshalb sagen wir „Vor Gottes Angesicht“: Gott hat Dich angesehen, Dir Wert, Liebe und Ansehen gegeben, er (sie) hat DICH genau SO erschaffen, wie Du bist, einzigartig, individuell! Das wird in der Taufe besiegelt und gefeiert! Du bist einmalig, ein Volltreffer Gottes.

*Themen beim Eheseminar:* Biografie – Herkunftsgeschichte: mein „Rucksack“, meine Verhaltensweisen, Riten und Bräuche, meine Art zu reden, zu fühlen und zu tun (meine Einstellung dem Leben und Lieben gegenüber); Deine / meine Art, zu lieben, Deine Art, Zärtlichkeit zu leben; Deine Prägung in Sachen „Liebe“; 5 Sprachen der Liebe: Meine Liebessprache: Wie kann mein Herz erfüllt werden? Durch Geschenke, Zweisamkeit, Zärtlichkeit, Hilfsbereitschaft, Lob und Anerkennung? Meine Charaktereigenschaften, meine hauptsächlichen Verhaltensweisen: Wofür bin ich als Kind, als Jugendliche/r gelobt

worden? Das hat meinen Charakter geprägt und genau SO funktioniert mein Sein als Mensch.

Meine Glaubensgeschichte: Welches Gottesbild habe ich? Wie trägt mich mein Glaube an die Liebe? Kann ich vertrauen, einzigartig geschaffen und gewollt zu sein?

Kommunikation mit allem, was hinein gehört mit Versöhnen, Verzeihen, Partnerschaftlichkeit

### **als meine Frau / meinen Mann**

Ich schließe einen Bund mit dir in der vollkommenen Unterschiedlichkeit des Geschlechts – mit unterschiedlichen Bedürfnissen

*Themen beim Eheseminar:*

Sexualität – Kommunikation darüber; Offenheit; Verhütung, Familienplanung ...

**Ich verspreche dir die Treue in guten und bösen Tagen, in Gesundheit und in Krankheit, bis der Tod uns scheidet ...**

**TREUE** = Liebe mal Zeit

Wieviel ist mir mein Partner / meine Partnerin wert?

Was mir wertvoll ist – dafür habe ich Zeit!! – siehe Hobbies

Ist Partnerschaft mein wichtigstes Hobby?

Kann ich mich in „bösen Tagen“ zum Lieben entscheiden? Was heißt das für mich?

*Themen beim Eheseminar:* Beruf und Kinder – deswegen nicht alles aufgeben; siehe Beziehungs-Band – Vorwegnahme des Ehe-Bundes im Sakrament der Ehe: in der Verliebtheit ist das gemeinsame Tun, viel

gemeinsame Zeit selbstverständlich ... Das Beziehungsband zwischen den Partnern ist sehr stark! Später wird es eine „Entscheidung“: wie viel Zeit nehme ich mir wofür? „mit dem Beruf verheiratet ...“; die Kinder „voll an mich binden ...“ sodass für die Partnerschaft emotional und praktisch kein Raum bleibt

Zeitmanagement hinterfragen: Wann sind wir als Paar ein Termin? Wann haben wir Zeit ausschließlich für uns bzw. das Gespräch?

Ohne qualitative Paar-Zeit kann eine Beziehung fast nicht bestehen!

Wochen-Termine (Wochen-Stunden genau eintragen in einer durchschnittlichen Alltags-Woche ...)

Zeit-Kuchen bewusst wahr-nehmen, um die Voraussetzungen zur Treue einmal ganz klar zu checken: Wofür nehme ich mir wirklich wie viel Zeit?!

Du kannst mit Kindern, aber auch mit Beruf, Verein/en, PC etc.

fremdgehen, ohne es gleich zu merken (hier beginnt Treue)

In Gesundheit und Krankheit

Du bist immer gleich wertvoll! Der Wert definiert sich nicht über die Leistung, sondern über mein SEIN! Weil ich dein Mann / deine Frau bin, will ich Dich lieben ...

### **Ich will dich lieben, achten und ehren alle Tage (meines Lebens)**

Entscheidend ist die Freiwilligkeit – der Liebes-Bund (im Gegensatz zum Vertrag): ich tue es, weil ich dich liebe und erwarte auch nicht gleich, dass du stattdessen etwas *für mich* tust.

„Ich will ...“ statt „ich muss - Zwang...“

Ich will, was gut ist für dich, weil ich dich bedingungslos lieben will! Dich lieben um deinetwillen! Dazu muss ich immer wieder DICH fragen „was

ist jetzt / in dieser Situation gut für **dich**? Was brauchst du?“ – Um dann zu sehen, ob ich dir etwas davon schenken kann!

Beide Partner sind gleichwertig, gleich wertvoll, gleichbedeutend.  
Sich gegenseitig ernstnehmen und akzeptieren (lieben, achten und ehren) – so wie der Partner ist, ihn gut anerkennen – das beginnt bei kleinen Dingen (z.B. aus Nervosität mit dem Kugelschreiber spielen beim Sprechen ...)

**z.B. gratis loben!** (ohne Erwartungen, dass ich dafür etwas erhalte ...)

Den anderen nicht korrigieren ...

Geduld haben ... (wenn der andere länger braucht z.B. wegen des Ordnungs-Sinnes ... dann ist es gut, in nicht so angespannten Situationen für deine Haltung zur Sauberkeit bzw. Ordnung ein DANKE zu sagen).

Gemeinsame Interessen sind wichtig

Sich etwas suchen, was man gern miteinander tut und das „GUTE“ betonen, sehr bewusst tun!

Das schönste „GEBET“ als Paar kann es sein, gemeinsam einander DANKE sagen für das Miteinander an jedem Tag bzw. für die Gnade, Dich neben mir zu haben (Dankbarkeits-Glas, um es bewusst zu sehen, den Schatz zu spüren, den Wert zu schätzen und daraus zu leben!)

Kommunikation: Viele Methoden und Mittel kann ich nachlesen, was bei einer guten, einführenden Kommunikation wichtig ist! Es geht uns hier vielmehr darum, dass es eine Form des Vertrauens ist: „Ich möchte, dass du mich verstehst und mir vertraust“. Verstanden zu werden ist ein zentraler Inhalt des Geliebt-Seins! Einander mitteilen ist ein großes Zeichen von Vertrauen!

Durch Kommunikation können wir Veränderungen gut bewältigen.

Ein wichtiger Grundsatz beim Gespräch ist:

Das interessiert mich wirklich! Damit sage ich: „Du interessierst mich, was Du sagst, ist mir wichtig“. So hat jede/r von uns den Wunsch, dass uns zugehört wird, dass mein Gegenüber mich ernst nimmt mit dem, was ich zu sagen habe.

Es ist auf Dauer gesehen beleidigend, wenn ich dem Partner sage, es interessiert mich nicht, was du heute erlebt hast ... stattdessen wohlwollend (mit dem Herzen) zuhören

Vertrauen schenken – Dir meine innersten Wünsche und Gefühle zu sagen, das was MICH ausmacht, manchmal auch Angst beinhaltet, dass Du mich damit annimmst (DICH und Deine Meinung und Deine Gefühle achten!)

Daraus entsteht echte Intimität, eine vertraute Beziehung – „OHR-gasmus“. Es ist sehr wichtig zu wissen, dass oft Frauen es sind, die sich angenommen erleben, wenn sie gehört werden und Männer, wenn sie körperlich geliebt werden ...“

Wünsche aussprechen

Wünsche sind wertfrei, ich darf sie mitteilen – aber ohne Erwartung, dass sie erfüllt werden. Daher ist es gut, wenn wir viele Wünsche mitteilen, damit der Partner viele Möglichkeiten hat, welche Wünsche er mir erfüllen kann. Der Vorteil, wenn es gelingt: ich kann den Partner ganz gezielt glücklich machen.

Dazu kann ein „Wünsche-Glas“ sinnvoll sein ... das wirkt der vermeintlichen Aussage entgegen „Er / sie müsste es wissen ...“

Es ist auch hilfreich für jene Typen, die lange keinen Wunsch äußern oder es nicht gerne tun: wenn sie dann einmal einen konkreten Wunsch haben, gibt es eine übergroße (angestaute) Erwartung und wenn das Erfüllen für den Partner nicht möglich ist, ist die Enttäuschung umso größer ....

Aussagen wie z.B. „das wird wohl nicht zu viel verlangt sein, ich brauche ja sonst eh nie etwas ... oder wenn **ich** EINMAL etwas brauche ...“

ACHTEN kann heißen: Freiraum FÜR die Beziehung und IN der Beziehung

Freiraum für die Beziehung heißt auch ein Abgrenzen gegenüber Freunden, Verwandten, um Zeit für Zärtlichkeit nicht nur „im Schlafzimmer“ zu leben

Eine wachsende Beziehung braucht aber auch den Freiraum jedes Partners, denn Interessen und Begabungen decken sich nicht immer, daher ist es wichtig, dass jede/r gleich viel an Freiraum in Anspruch nehmen kann

ALLE TAGE (meines Lebens) kann heißen: Jeden Tag neu, heißt konkret, es geht um das HEUTE! Spiritualität im Alltag: Jeden Tag „JA“ zu dir sagen (statt einem Feierabendbier nach Hause gehen, um Zeit miteinander zu genießen oder das Abendessen, das ich dir extra koche, weil ich weiß, wie sehr du das liebst ...). Das entlastet auch – ich schaue immer auf das HIER und HEUTE, auf den konkreten (vgl. das Gebet der Gelassenheit von Papst Johannes XXIII „nur für heute“)

In der Rückschau aller Tage ist es ein WEG, wo kein Schritt fehlen darf, um im HEUTE zu sein.