

Zum Kampagnemotiv: „Wie fühlst du dich?“ – „Verheiratet.“

DER EHEALLTAG: GRAUES EINERLEI oder GUTER BODEN FÜR PERSÖNLICHES WACHSTUM?

„Wie fühlst du dich?“ wird Eva von einer Freundin gefragt. „Verheiratet“, lautet die Antwort. Das klingt gar nicht gut, es klingt nach fadem Ehealltag mit bitterem Beigeschmack. Jeder denkt sofort an eine erstarrte Beziehung, die nicht mehr lebendig ist. Hier gibt es keine Schmetterlinge mehr im Bauch. Der Ehealltag als das Ende der romantischen Liebe?

Wie anders klingt Evas Antwort, wenn wir sie uns dabei lächelnd vorstellen?

„...dann feierten sie das Hochzeitsfest und lebten glücklich alle Tage ihres Lebens. So enden viele Märchen aufregender Abenteuergeschichten eines Paares.

Ja, es scheint, als ob das Paar die ganzen Mühen nur auf sich nimmt, um endlich den Ehealltag zu erreichen.

Ist der Ehealltag nur ein Lebensziel im Märchen oder beschreibt das Märchen nicht vielmehr eine sehr verbreitete Lebenssehnsucht bei fast allen Menschen?

Der Ehealltag mit seiner verlässlichen Wiederkehr von Abläufen gibt Halt und Sicherheit. Ein Paar genießt seine lieben Gewohnheiten. Sie geben dem Paar seine Einzigartigkeit, machen es unverwechselbar. Erst der Ehealltag schafft die Voraussetzung für die eigenen Paarrituale. Es ist die Art der Liebessprache, der Begrüßung am Morgen und das Verabschieden in die Nacht. Wie schön, entspannend ist es, wenn jeder Partner sicher sein kann, das Richtige, Passende zu tun, zu sagen. Sei es beim Lieben oder Streiten, Versöhnen, Verwöhnen etc., die Partner dürfen sich auf dasselbe Muster verlassen, es ist ja zwischen den beiden vereinbart und bewährt. Diese Alltagsgestaltung durch Rituale gilt solange, wie beide daran Freude haben, es beiden entspricht. Rituale können und sollten in der Ehe durchaus verändert werden, eben gemäß den inneren und äußeren Veränderungen im Ehealltag, aber nie ersatzlos aufgegeben werden. Rituale im Ehealltag sind der gemütliche Interaktionsteppich, auf dem sich beide Partner entspannt fallen lassen können. Man stelle sich nur vor, das Paar müsste sich jeden Tag neu arrangieren und sich fragen, ob es dem Anderen auch so gefällt bzw. immer wieder neu auf die eigenen Bedürfnisse aufmerksam machen und das Miteinander so täglich neu aushandeln. Wie anstrengend und damit wie wenig alltagstauglich ist diese Vorstellung. Zum Ehealltag, je länger die Beziehung besteht, gehört ein stetig wachsender Schatz an gemeinsamen Erinnerungen. Es entsteht eine Paarhistorie mit eigener Erinnerungstopographie, wo Orte, Zeiten und Ereignisse tief im gemeinsamen Bewusstsein eingepägt sind und durch das gemeinsame Wissen und Erinnern die exklusive Verbundenheit immer wertvoller wird. Dazu gehören nicht nur die Freuden, sondern auch die schmerzlichen Erfahrungen, auch die überstandenen Ehekrisen. Welches Glück ist es, wenn zwei in derselben Situation sich anschauen und befreit lachen, weil sie sich im selben Moment an die gemeinsame Geschichte erinnert fühlen.

Überhaupt ist die Würze im Ehealltag der Humor. Er regelt im Paar nicht nur den barmherzigen Umgang mit den Schwächen des Anderen und alltäglichen Misslichkeiten, er nimmt die Schwere der Alltagslast und schenkt beiden das lebensnötige Lachen.

Der verbreiteten Meinung vom Ehealltag als Ehetrott ist entgegenzuhalten, dass bei der heutigen Lebenserwartung jeder mit demselben Partner mindestens drei unterschiedliche „Ehen“ führt. Am Beginn der Beziehung ist es die Ehe des verliebten Begehrens, dann folgt die Ehe der beglückend aufregenden Familiengründung und endet mit der vertrauten, innigen Zugehörigkeit der Zweisamkeit in der Ehe in den späten Jahren. In jeder Phase gestaltet sich der Ehe-

alltag anders und stellt das Paar vor neue spannende Herausforderungen. Der Ehealltag bleibt so immer lebendig, bewegt. Die Eheleute erleben mit und aneinander ständig neue Seiten, beide entwickeln sich und die Beziehung wächst verändert mit.

Die Liebenden erfahren sich im Alltag mehr und mehr als Gefährten, als Hilfen, die sich gegenseitig entsprechen. Das gemeinsame Leben in Verlässlichkeit macht möglich, dass unsere individuellen Bedürfnisse nach Zärtlichkeit, Geborgenheit, Schutz, Zugehörigkeit, nach verantwortlicher Fürsorge für andere, aber auch nach autonomer Lebensgestaltung wechselseitig versorgt werden. Es gibt jedem der beiden die Gelassenheit im Alltag, sich auch einmal mit eigenen Anliegen zurückzuziehen, einmal krank und schwach zu sein, sich den eigenen Anforderungen im Beruf zu stellen und zu wissen, der Andere ist da und sorgt für das Alltagsgeschäft. Es sind die alltäglichen Kleinigkeiten, die aufmunternden Fragen nach Wohin und Woher, die begleitenden unterstützenden Aufmunterungen, die freundlichen Worte und Taten, die die Partner zu Gefährten machen und den Anderen im Alltag begleiten. Die Freude darüber und die empfundene und auch ausgesprochene Dankbarkeit sind gemeint, wenn es heißt: „Und sie lebten glücklich alle Tage ihres Lebens.“

Dabei ist die Verheißung beziehungsweise die feste Zuversicht auf ein lebenslanges Miteinander eine wichtige Voraussetzung für die beschriebene Glückserfahrung. Das gegebene Versprechen, in Treue beieinander zu bleiben, das heißt in guten und schlechten Tagen, in Gesundheit und Krankheit, verleiht dem Ehealltag seinen Glanz. Der Ehealltag begleitet die beiden schließlich auch ins Alter. Keiner ist allein mit der sicheren Aussicht auf die eigene Endlichkeit, auf die Einschränkungen der einstigen Möglichkeiten und dem Verlust an Kraft und Frische. Auch hierin sind sie jeden Tag gemeinsam unterwegs und begleiten und unterstützen sich. Welche innige Zärtlichkeit erlebt man im Anblick von alten Menschen, die Hand in Hand miteinander ihres Weges gehen. In dieser Treue der Eheleute, jeden Tag dem Anderen aufs Neue gerecht zu werden, unabhängig von der augenblicklichen, persönlichen Stimmungslage, liegt die Herausforderung und auch das Glück des Ehealltags.

Heidi Ruster

Kath. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensberatung in Bonn