familylife FIVE

5 Minuten für deine Beziehung

DIE EHE WAR NIE SO GEMEINT

Die heutige Ehe wird dem Anspruch, den wir an sie haben, oft nicht gerecht. Weil sich die Ehe zwischen einem Mann und einer Frau über Jahrtausende bewährt hat und nachweislich die gesündeste, glücklichmachendste und beständigste Form der Paarbeziehung ist, müssen wir nicht die Ehe selbst infrage stellen, sondern die gestiegenen Ansprüche an sie.

Vor nicht allzu langer Zeit lebten die Menschen in eng verbundenen Dorfgemeinschaften und Großfamilien. Sie hatten dort klar definierte Rollen und nicht allzu viele Freiheiten. Im Gegenzug erhielten sie aber Zugehörigkeit, Identität und Sicherheit. In so einer Gemeinschaft fühlte man sich nur sehr selten allein.

Heute sieht unser Leben ganz anders aus. Wir haben viel größere Freiheiten, dafür sind wir nicht mehr so stark in eine Gemeinschaft eingebunden. Infolgedessen empfinden Menschen einen Mangel an Sicherheit und Stabilität.

Die Bedürfnisse nach Sicherheit, Stabilität und Vorhersehbarkeit, die früher durch die Dorfgemeinschaft gestillt wurden, versuchen sie nun in einer Paarbeziehung zu stillen. Eine Person soll heute das geben, was vorher ein ganzes Dorf geboten hat. Und als wäre das nicht schon genug, suchen sie in einer Ehe auch noch Lebenssinn, Ekstase und eine spirituelle Verbindung. Das kann mit zwei modernen Schlagwörtern auf den Punkt gebracht werden: der Ehepartner als Lieblingsmensch und als Soulmate. Der Lieblingsmensch, der unsere Einsamkeit heilen und uns Identität geben soll und der Soulmate , der unsere spirituellen Bedürfnisse stillen soll.

Selbstverständlich wird eine Person diesen hohen Ansprüchen nicht gerecht. Das löst Unzufriedenheit aus und ist Grund des Scheiterns vieler Ehen. Dabei würde es genügen, die Ansprüche zu überdenken und auf eine gesunde und ausgewogene Selbstfürsorge zu achten. Zur Entlastung der Beziehung ist es hilfreich, einige Bedürfnisse zumindest teilweise außerhalb der Ehe abzudecken. Beispielsweise unser Bedürfnis nach sozialen Kontakten bei Freunden, Anerkennung durch ein soziales Engagement, Freiheit in einem Hobby und die tiefe Sehnsucht nach Spiritualität in der Beziehung zu Gott.

Natürlich gibt es auch Grenzen. Nicht jedes Bedürfnis kann ausgelagert werden, ohne der Ehe Schaden zuzufügen. Und es ist ja schließlich auch schön, wenn wir einander viel geben können. Aber wie so oft geht es auch hier um das richtige Maß.

NEXT LEVEL

FÜR MEINE BEZIEHUNG:

Von welchen übersteigerten Erwartungen an die Ehe möchtest du dich trennen?