

Ira Schneider

24 x

Nur wir zwei



Ein Adventskalender
für Paare

Fräncke

Inhalt

Einleitung

1. Ein guter Ort sein
2. Von liebsten Geschichten
3. Solidarisch sein
4. Kreative Grüße
5. Pizzamassage
6. Rückblick
7. Raum schaffen
8. Liebestankbarometer
9. Voll umsorgt
10. Einander prägen
11. Verspieltheit
12. Bedeutsam
13. Neugier
14. Dankbarkeit
15. Durchatmen
16. Heilsame Erfahrungen
17. Sehnsuchtsvoll
18. Andere Landkarten
19. Tea Time
20. Träume
21. Mutmacher
22. Paarwellness
23. Liebesgesten
24. Beschenkt durch dich!





Einleitung

*E*s geht los! Ich freue mich schon so riesig, euch 24 Tage durch den Advent zu begleiten.

Vorher möchte ich aber noch loswerden: Der Dezember hat es echt in sich – wenn ihr also an einigen Tagen gleich drei Türchen auf einmal öffnet, weil ihr die Tage davor keinen freien Moment hattet oder euch manche Türchen für später aufhebt – kein Problem, damit seid ihr sicher nicht allein!

Teilt euch die Impulse genau so ein, wie sie euch guttun! Der Adventskalender ist für euch da. Er soll euch entlasten, indem ihr Zeiten der Zuwendung erlebt, aber nicht belasten, indem er zum Leistungsmarathon wird. Ihr nutzt ihn, wie er am besten zu euch passt!

Während der Weihnachtszeit, in der auf den ersten Blick alles auf das Fest der Liebe hinarbeitet, bleibt allerdings oftmals genau die Liebe auf der Strecke. Denn gerade der Dezember ist der Monat, der Paare und Elternpaare besonders fordert. Adventskalender packen, Nikolausstiefel befüllen, Weihnachtsgeschenke einpacken, Festtagsmahlzeiten kochen oder Familienfeiern koordinieren. All das gepaart mit dem Druck, dabei noch eine möglichst besinnliche und harmonische Zeit zu durchleben. Diese Rechnung geht oft nicht auf. Eigentlich total verrückt, dass sich das Bemühen um Schönes am Ende selbst aushebelt. Das muss nicht so sein. Dieser Adventskalender will euch helfen, den rasenden Alltag ein wenig außer Gefecht zu setzen und euch immer wieder ins Hier und Jetzt zu holen. Er will euch Momente der Erfrischung schenken. Damit ihr euer Paargeschehen im

Marathonmonat Dezember nicht aus dem Auge verliert, gibt es jeden Tag einen liebevollen Impuls, wie ihr einander genießen könnt! Übrigens schreibe ich diesen Kalender mindestens genauso sehr auch für mich und meinen Mann. Denn auch wir kennen es nur zu gut, wie es sich anfühlt, wenn man in der Adventszeit kaum zum Durchatmen kommt.

Und wer es nicht bis zum ersten Türrchen abwarten kann, für den gibt es hier schon ein paar Gedankenanstöße zum Vervollständigen:

Ich freue mich mit dir im Advent darauf, ...

Was wir dieses Jahr im Advent
unbedingt machen sollten: ...

Was wir dieses Jahr im Advent
auf keinen Fall machen sollten: ...

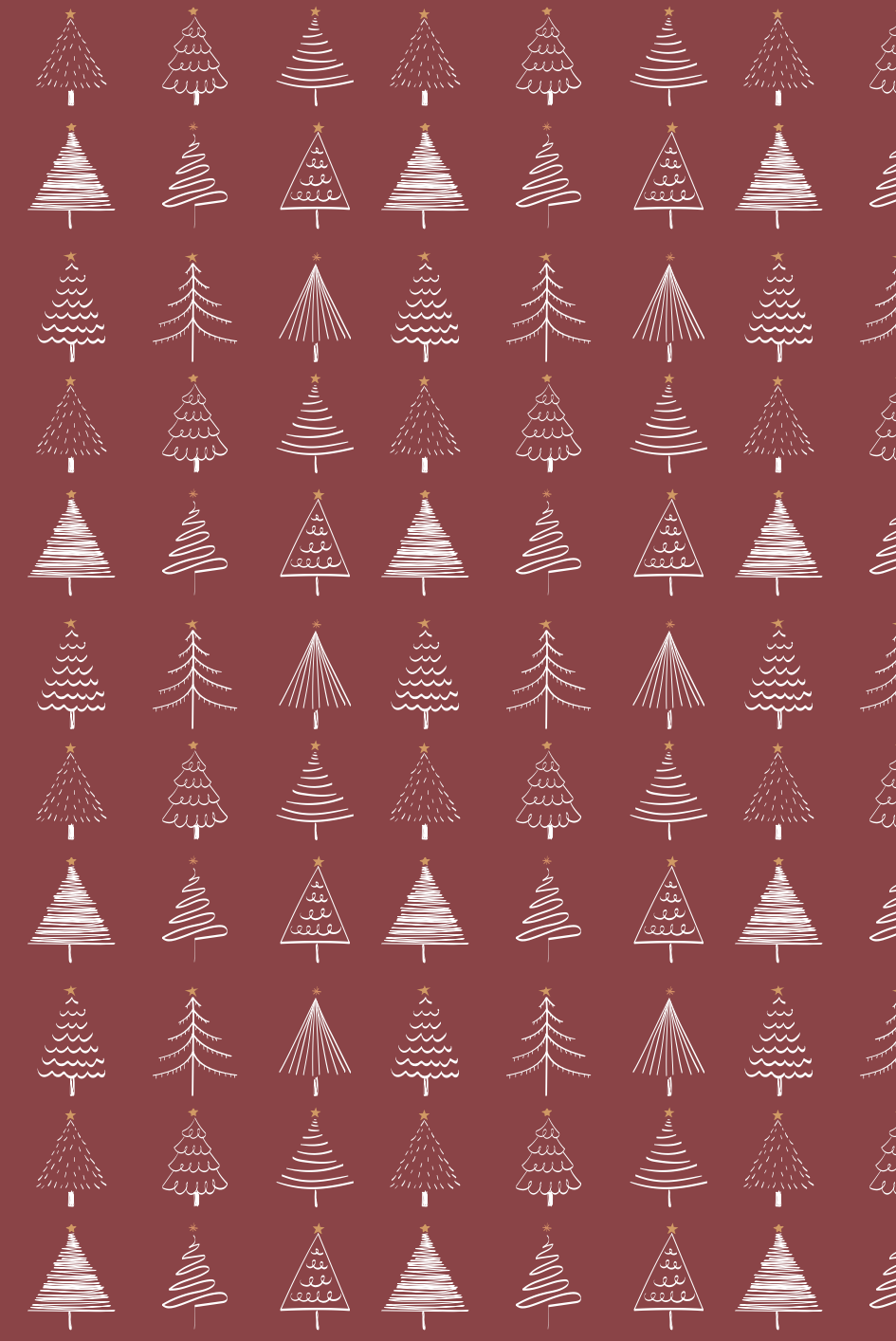
Wie wir gemeinsam während der Adventszeit
der Weihnachtsbotschaft näherkommen können ...

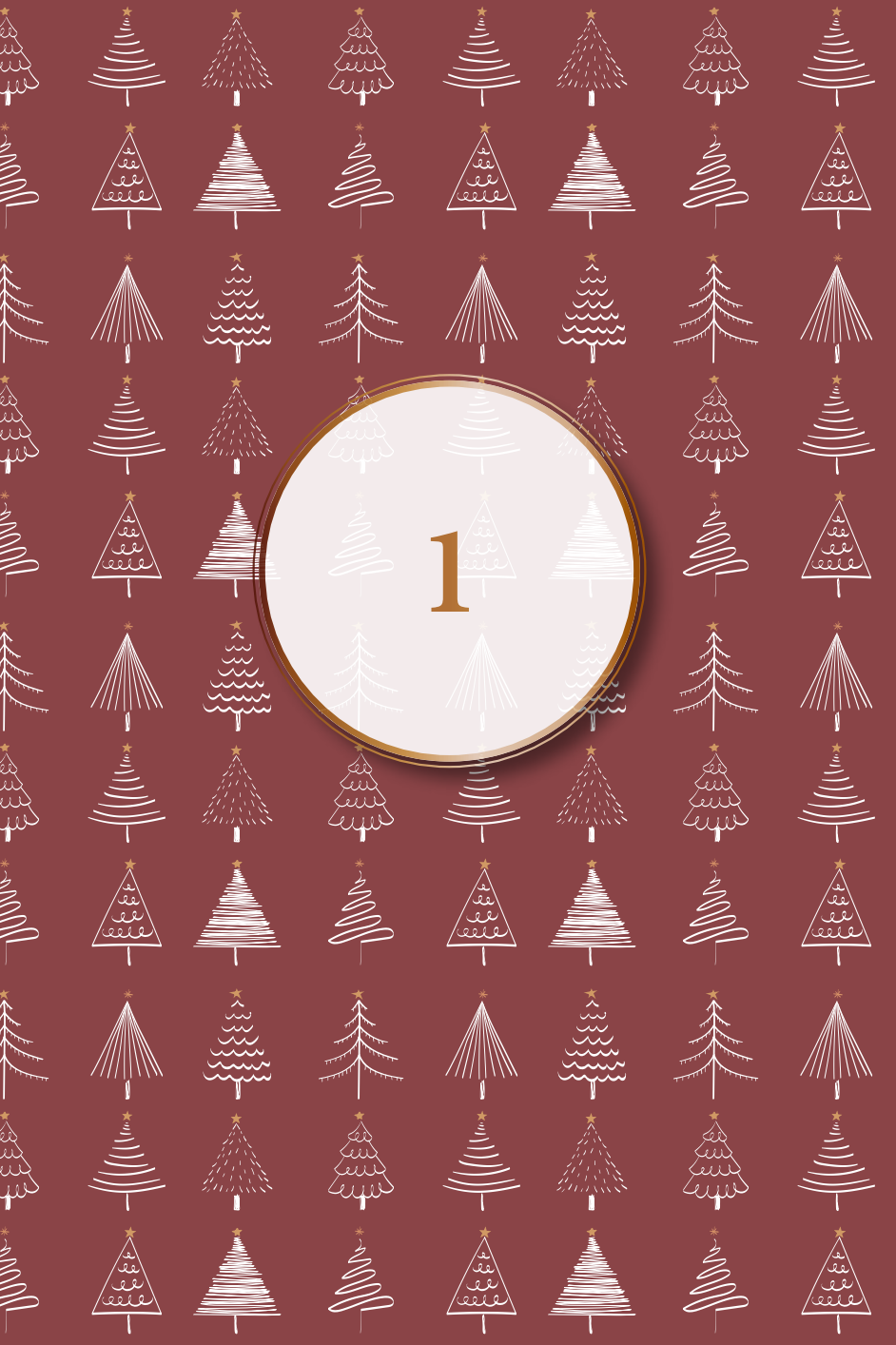
Womit du mir im Advent
eine Freude machen könntest, wäre ...











Ein guter Ort sein

Ihr habt einander gewählt. Lasst mich raten – weil das Leben mit eurem liebsten Gegenüber einfach viel schöner ist. Ohne euren liebsten Menschen würde etwas Entscheidendes fehlen. Deshalb ist eure Paarbindung entstanden: Das Leben miteinander macht eben mehr Spaß als ohne einander!

Viele Menschen haben den Gedanken »Spaß ist ein Zusatz, aber keine notwendige Essenz« verinnerlicht. Dabei würde ich meinen, dass *gerade* im Spaß die Freude an- und miteinander liegt. Paare haben miteinander Spaß, weil sie festgestellt haben, dass das Gegenüber ein guter Ort für sie ist. Ein Ort, an dem sie mit ihrem ganzen Wesen aufatmen, sich fallen lassen und sich einbringen können. Jesus macht es uns vor, wie so ein Ort aussehen kann, wenn er von sich sagt, dass seine Schafe bei ihm sicher und geborgen sein können (Joh 10,28).

An guten Orten kann man fröhlich und verspielt sein und sich miteinander verbunden fühlen. Dafür braucht es emotionale Sicherheit, die zu einer sicheren Paarbindung führt. Sie ist keine Selbstverständlichkeit, aber auch nichts, was sich ganz schnell verflüchtigt. Jedes Paar hat die Chance, in seiner Beziehung immer neu einen sicheren Raum herzustellen. Dieser Raum lädt

den anderen ein und flüstert zart: »Bei mir kannst du dich sicher fühlen. Ich möchte dein guter Ort sein, an dem du sicher aufgehoben bist. Dein Herz wird bei mir weich gebettet.«

Impuls

**Nehmt euch jeder für sich einen Moment Zeit
und vervollständigt (am besten schriftlich)
die folgende Aussage:**

»Ich möchte für dich ein guter Ort sein. Ich möchte dir emotionale Sicherheit geben, indem ...«

- du bei mir du selbst sein kannst.
- du bei mir auch deinen Schmerz zeigen kannst.
- du bei mir keine Angst haben musst, wenn du ...
- ich dir immer wieder zuhören möchte.
- ich dich immer wieder verstehen möchte.
- ich dich auffange, wenn ...
- ich zu dir halte, wenn ...



*Meine Schafe hören auf meine Stimme; ich kenne
sie, und sie folgen mir. Ihnen gebe ich das ewige
Leben, und sie werden niemals umkommen.
Keiner kann sie aus meiner Hand reißen.*

Johannes 10,27–28





Von liebsten Geschichten

*E*igentlich finde ich den inhaltlichen Teil der Geschichte heute gar nicht mehr so spektakulär. Doch als Kind musste meine Mutter sie mir immer und immer wieder vorlesen. Die bunten Illustrationen und entzückenden Gesichtsausdrücke bringen meine Augen noch heute zum Leuchten. Ich spreche von der Disney-Geschichte »Susi und Strolch«. Kurz gesagt geht es um eine feine Hundedame und einen streunenden Hund, die sich auf abenteuerliche Weise ineinander verlieben. Meine allerliebste Doppelseite in meinem Kinderbuch war die, auf der Susi und Strolch zu sehen waren, wie sie gemeinsam einen Teller Spaghetti verputzten. Und nicht nur das: Sie teilten sich eine längliche Spaghetti. Was sonst?! Wie lustig und herzerwärmend ich dieses Bild des Hundepaars fand, das im Restaurant bei Kerzenschein zusammen aß, weiß ich bis heute noch!

Manche Kinderbuchgeschichten wecken etwas in uns. Sie sprechen eine Sehnsucht an. Sie begeistern uns und bringen uns zum Schmunzeln. Die Bilder prägen sich ein. Es kann also sehr spannend sein zu erfahren, was dein Gegenüber als Kind besonders ansprechend fand, und vor allem, warum! Vielleicht ist es auch gar kein Kinderbuch, sondern eine Filmszene oder eine Zeichentrickserie.

Impuls

Kommt miteinander in den Austausch:

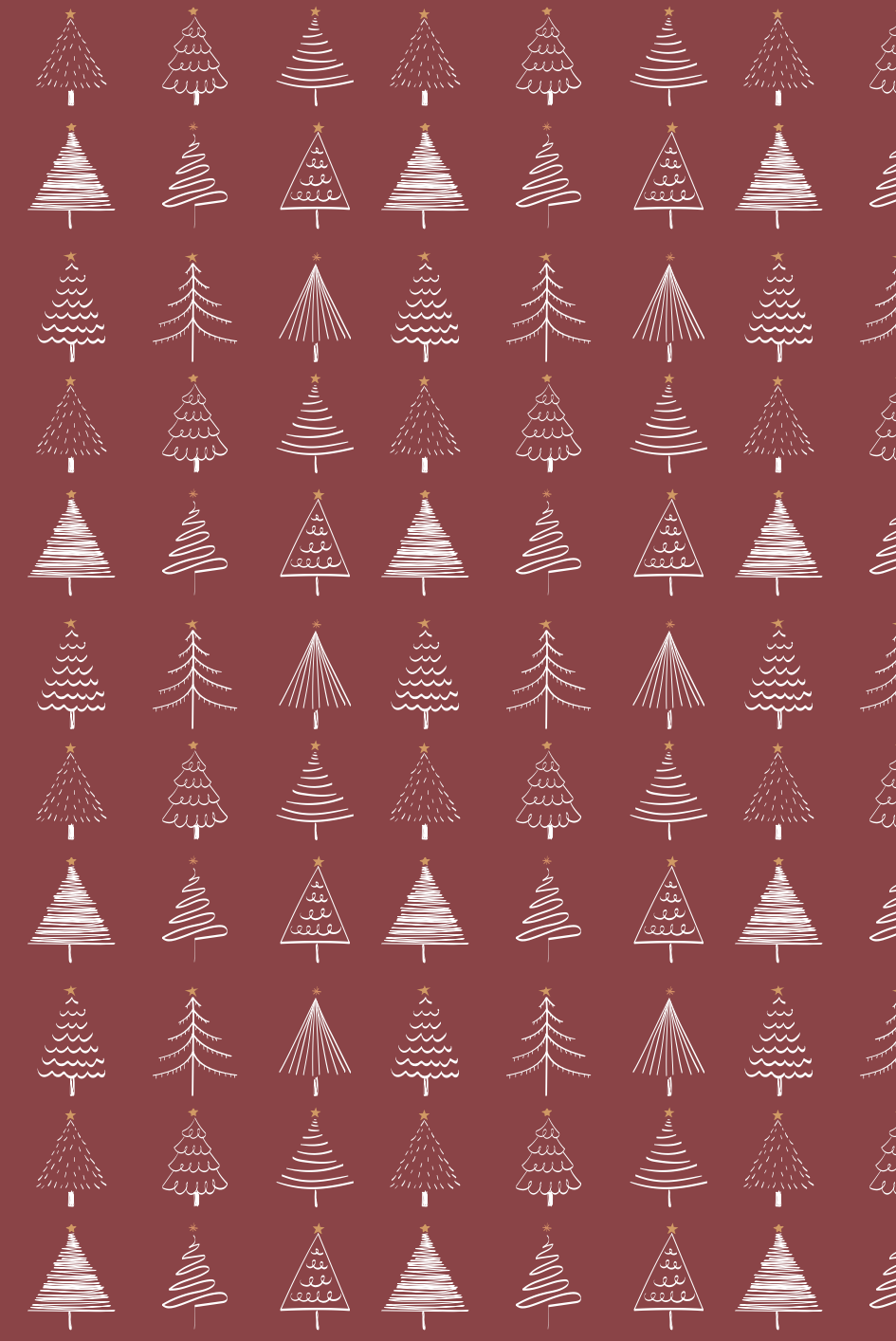
Was war dein liebstes Kinderbuch, deine liebste Serie oder dein Lieblingsfilm und warum?

Gab es eine besondere Buchseite oder Filmszene, an die du denkst? (Falls dein Gegenüber christlich erzogen wurde, kannst du auch fragen, welche Kinderbibelgeschichte in besonderer Erinnerung geblieben ist.)



Ich genieße deine Liebe mehr als den besten Wein.

Hohelied 1,2





Solidarisch sein

*M*anchmal frage ich mich, wie überwältigend es für Maria gewesen sein muss, einen Engel zu treffen, der ihr etwas Lebensveränderndes mitgeteilt hat. Sie lauschte den Worten des Engels und erfuhr, dass ihr Kind Gottes Sohn sein wird. Was ich zutiefst beeindruckend finde, ist Marias Antwort. Sie hat sofort Klarheit. Sie ist bereit, sich auf ungewisses Terrain zu begeben. Mit Überzeugung sagt sie: »Ich will mich dem Herrn ganz zur Verfügung stellen« (Lukas 1,38). Maria überlässt es Gott, über ihre Zukunft und auch über ihre Paarbeziehung zu verfügen. Sie rechnet mit Gottes Solidarität.

Doch eins war klar: Ein herausforderndes Gespräch mit Josef würde anstehen. *Wird er Solidarität zeigen? Wird er ihr glauben? Wird er sie unterstützen? Ist er bereit dafür, dass auch sein Leben förmlich umgekrempelt werden wird?* Josef muss ganz schön über-rumpelt gewesen sein. Erst überlegte er, die Verlobung im Stillen aufzulösen. Doch Gott erklärt ihm in einem Traum, dass alles genau so von ihm gedacht war und er bei Maria bleiben soll.

Was mich an dieser Liebesgeschichte so berührt: Dass Josef zu seiner Verlobten steht, die unverheiratet schwanger geworden ist. Das war für seine Zeit und sein Umfeld sehr ungewöhnlich.