



Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 2 | 22.08.2016 05:55 Uhr | Stefan Jürgens

## Glauben ist Beziehung

Eine Eheberaterin hat mir gesagt: "Liebe braucht fortdauernde Pflege. Es gilt etwas für die Liebe zu tun, damit sie lebendig bleibt. Denn von selbst wird eine Beziehung nur eins: schlechter." Ihr Tipp also: "Liebe braucht Pflege, Liebe braucht die alltägliche Umsetzung in kleine Schritte und sichtbare Zeichen." Und diese Eheberaterin gibt jungen Paaren daher meist "fünf Pflegehinweise für eine gelingende Partnerschaft" mit auf den Weg. Und die sind:

1. Nehmt euch morgens zwei Minuten Zeit zum Austausch über die Frage: Was steht heute bei mir und dir an?
2. Lasst euch am Abend mindestens 15 Minuten Raum und Zeit, um vom Erleben des Tages zu erzählen.
3. Konzentriert euch fünf Minuten am Tag darauf, dem anderen etwas Positives zu sagen. Es soll fünfmal mehr Lob als Kritik geben.
4. Gebt einander mindestens fünf Minuten Körperkontakt.
5. Und zum Schluss: Nehmt euch innerhalb einer Woche Zeit für ein längeres partnerschaftliches Gespräch über anderthalb bis zwei Stunden.

"Man soll sich dabei nicht überfordern", meinte die Eheberaterin, "sondern klein anfangen. Mäßig, aber regelmäßig lautet die Devise. Und dann allmählich das Programm erweitern – ‚weil du es mir wert bist‘."

Partnerschaft – das ist für mich als Priester ja eigentlich kein Thema. Aber ich denke trotzdem, dass da etwas dran ist. Denn ich kann das sehr gut übertragen auf meinen Glauben – auf meine Beziehungspflege mit Gott.

Wenn Glauben und Beten Beziehung bedeuten, dann kann man die fünf Pflegehinweise

direkt auf das Gebet übertragen:

1. Ein kurzes Morgengebet – aussprechen, was mich heute erwartet.
2. Ein längeres Abendgebet – den Tag vor und mit Gott reflektieren.
3. Gott loben steht im Vordergrund – vor allem Klagen und Bitten.
4. Glauben braucht kleine und große Zeichen – Symbole und Sakramente.
5. Und schließlich: Der Sonntagsgottesdienst. Der ist so eine Art längeres Beziehungsgespräch.

Aber jetzt ist erstmal Montag. Und wie sagt die Beraterin? Klein anfangen...