

„Traumprinz gesucht – Frosch gefunden“

Predigt beim Welcome am 20.6.2010

von Pastor Burkhard Senf

[0. Einleitung]

Traumprinz gesucht – Frosch gefunden.

Da hat sich das Welcome-Team mal wieder einen echt lustigen Titel ausgesucht!

Dachte ich zumindest als ich den Titel das erste Mal hörte,

Aber mein 2. Gedanke war:

Moment. Warum wurde gerade **ich** gefragt, ob **ich** die Predigt halte?

Wurde ich als Traumprinz gefragt oder als Frosch?

Tja, auch Sie mussten sich vorhin ja am Eingang entscheiden.

Traumprinzen, die gibt es eigentlich hauptsächlich in der

Verliebtheitsphase, wo wir mit Schmetterlingen im Bauch durch die Gegend schweben. Wie vorhin Susanne und Michael im Theaterstück!

Die Frau denkt dann über Ihren Schwarm: „Das ist mein ganz persönlicher **George Clooney** oder Lukas Podolski oder Mario Gomez oder wen Sie gerade gut finden...“

Und der Mann denkt über seine Frau: „Das ist mein Germanys **next topmodel** – meine Traumprinzessin“

Was passiert da mit uns in der Verliebtheitsphase?

Hormonattacke! Liebe macht ja bekanntlich blind – zumindest teilweise.

Ich kreierte mir in Gedanken meinen Traum-Prinzen bzw. meine Traum- Prinzessin und schaffe mir ein Ideal-Bild.

Auch im Hinblick auf die **inneren Werte** meines Partners – prinzenmäßig und prinzessinnenmäßig. Sie ist immer süß und er ist immer charmant und höflich!

Und was kommt nach der Verliebtheitsphase

➡ Entweder die Trennung oder richtige Liebe.

Und wenn die **Liebe** folgt, dann kommt irgendwann nach Jahren der **Heiratsantrag** – mit einem Meer von Rosenblättern.

Er trägt Sie auf Händen...

Die beiden erleben traumhafte Flitterwochen in der Südsee.

Aber plötzlich (ritsch!) reißt der Film – und ich wache auf:

Neben mir liegt leider kein Prinz, sondern ein **quakender, glibschiger Frosch!**

Im **Alltag der Ehe** werden auch die Kanten des Ex-Prinzen sichtbar, die jeder von uns hat.

Da zeigen wir uns nicht mehr nur von unserer Schokoladenseite.

Am Anfang erleben wir wie sich unsere **Gegensätze** anziehen – aber irgendwann später nerven sie gelegentlich!

Und am Anfang gibt man sich noch große Mühe miteinander und wächst über sich hinaus:

Der Prinz bäckt in seiner WG seine erste Torte für seine Prinzessin.

(das habe ich vor etwa 10 Jahren gemacht)

Ich denke das können viele von Ihnen nachvollziehen, diese Prinzenphase, die langsam Froschschenkel bekommt.

Übrigens ist es dabei **egal ob Sie persönlich gerade verheiratet sind oder nicht mehr**

oder noch nicht oder als Single leben

– diese Erfahrungen machen wir immer,
wenn wir einem anderen Menschen ganz nahe kommen.

Wenn ich also im Folgenden öfter Mal von der Ehe rede, dann können Sie das auch gerne für sich auf Ihre engen Beziehungen übertragen,
in denen Sie leben oder leben möchten.

Wir hatten im Vorbereitungsteam jedenfalls viel zu erzählen vom **Alltag der Ehe** und den Froscherfahrungen...

Der Klassiker ist wohl: Den einen stört das Chaos in der Wohnung nicht und die andere liebt die Ordnung.

Ich denke an Bartstoppeln im Waschbecken am Morgen – einen vollen Mülleimer am Tage und offene Zahnpastatuben zur Nacht.

Auch der **Volksmund** kennt einige Sprüche, um die Ernüchterung in der Ehe nach der Verliebtheit zum Ausdruck zu bringen:

So heißt es: „Die Liebe ist ein schöner Traum. Und die Ehe ist der Wecker.“

Oder: „Liebe mag blind sein, aber die Ehe ist ein ausgezeichnete Augenarzt.“

Manche denken oder seufzen dann:

„So habe ich mir das aber nicht vorgestellt.“

„Du bist so anders, als ich dachte!“

Viele Ehen landen gerade in Großstädten schließlich vor dem **Scheidungsrichter** (ca. 50%) – übrigens auch sehr viele Paare, deren Fundament der christliche Glaube ist.

Und hinter dieser hohen Zahl stecken oft jahrelange Konflikte und leidvolle Trennungsprozesse.

Und den Konfliktstoff bringen wir alle mit: **Wir alle haben Froschanteile in uns** – wir kommen nicht aus dem Quark unserer Vergangenheit mit allen guten aber eben auch den schlechten Prägungen.

Ich habe in einem Eheratgeber von mindestens 5 verschiedenen Fallen in der Ehe gelesen, die ich gerne mal vorstellen möchte:

Alle fünf Fallen gründen in einem romantischen Zerrbild von Liebe, die wir oft in Märchen oder Rosamunde Pilcher Filmen finden.

Im Märchen ist alles ganz einfach: Dornröschen hatte es gut!

Sie musste nur schlafen, wurde dann vom mutigen Retter geküsst und ritt mit ihm ins Eheglück.

Aschenputtel musste sich schon mehr anstrengen:

Sie musste Körner verlesen, zum Schloss eilen, weglaufen, sich verstecken. Aber zu guter Letzt – so ist das im Märchen – halten sich Aschenputtel und der Prinz in den Armen und sind auf ewig glücklich.

„Und sie lebten glücklich und zufrieden bis an ihr Lebensende.“

Aber es gibt in der Realität eben mindestens 5 Partnerschafts-Fallen:

Falle 1:

Der eine Partner denkt: „**Der andere ist für mein Glück verantwortlich!**“ – Dieser Partner lebt dann ein abgeleitetes Leben. Ein anderer Mensch wird für ihn zum Sinn des Lebens (das können übrigens auch die eigenen Kinder sein).

Eine Variante dieser Falle lautet:

„Der andere erlöst mich aus meinem unerträglichen Leben“ (Das ist der Aschenputteltraum)

Sätze wie „**Du bedeutest alles für mich.**“ sind Ausdruck dieser fehlgeleiteten Liebe.

Falle 2:

„**Das Gefühl der Verliebtheit soll immer da bleiben.**“

Ich sehe alles durch die rosarote Brille – die Andersartigkeit des anderen wird nicht wirklich ernst genommen – und das meiste Konfliktpotential wird ausgeblendet oder unter den Teppich gekehrt.

Falle 3:

„**Ich und Du verschmelzen ineinander**“

Die häusliche Sibylle sagt: „Ein Abend ohne Peter ist ein verlorener Abend!“

Gut daran ist die große Vertrautheit der beiden.

Problematisch wird es aber, wenn die Eigenständigkeit für den Partner aufgegeben wird.

Wenn man keine eigenen Kontakte, Erlebnisse, Interessen oder Meinungen mehr hat.

Die meisten Ehen scheitern übrigens nicht an zu viel Distanz, sondern an zu viel einengender Nähe! (Das sogenannte „Klammern“ - dahinter steckt oft Verlustangst und mangelnde Selbstannahme des klammernden Partners.)

Für eine gesunde Partnerschaft ist aber eine gesunde Eigenständigkeit wichtig!

Denn nur wer gut allein sein kann kommt auch wirklich beim anderen an und ist ein echtes Gegenüber.

Falle 4:

„Unsere Liebe überwindet alle Grenzen der Unterschiedlichkeit und **unsere**

Vergangenheit spielt keine Rolle.“

Die Realität aber besagt, dass zu große Unterschiede ein enormes Konfliktpotential bieten z.B. große Unterschiede bei der sozialen Herkunft, Alter, Bildung, Lebensstil oder auch große Unterschiede im Glauben.

Die Falle 5 ist meiner Meinung nach die schlimmste Falle:

„**Liebe versteht sich ohne Worte**“

Richtig ist: „Reden ist Silber – Schweigen ist **Gift!**“

Wenn die Frau sagt: „Du musst doch merken wie es mir geht“ – dann ist die verblüffende Antwort „NEIN – ohne Worte ist das manchmal schwer für uns Männer!“ Dahinter steckt letztlich ein Zerrbild einer perfekten Liebe ohne Worte.

„Soll ich meinem Mann etwa sagen, dass er mich in den Arm nehmen soll?“ Die richtige Antwort lautet: „JA – gute Idee!“

Männer sind anders – und Frauen auch. Und wir müssen über diese Unterschiede reden.

Es ist ein wichtiger Schritt: Die Andersartigkeit des anderen wahrzunehmen und dann anzunehmen.

Und das ist ein fortlaufender Prozess, weil wir uns immer mehr verändern und entwickeln.

Beide Partner verändern sich mit der Zeit – auch in der Ehe.

Ein alter, erfahrener Seelsorger hat mir mal gesagt:

Du weißt nicht wie Du in 10 Jahren bist und auch nicht wie Deine Frau in 10 Jahren sein wird.

Und ich kann das bestätigen: Man lernt sich oft in anderen Situationen kennen und lieben.

Meine Frau Corinna und ich haben uns z.B. in der Studentenzeit kennen gelernt – beide im Theologiestudium in Tübingen.

Aber dann kamen verschiedene berufliche und persönliche Ereignisse, die uns verändert haben. Phasen, in denen wir sehr unter Druck standen.

Und auch unser **kleiner Moritz** hat uns gerade sehr verändert – wir sind Eltern geworden und müssen unser Leben immer wieder anpassen und unsere Partnerschaft auch.

Bei anderen mag die Herausforderung sein, dass die **Kinder** nun nicht mehr so klein sind und **eigene Wege** oder ganz aus dem Haus gehen – das wirkt sich auch immer auf die Ehe der Eltern aus.

Oder Jahre später wenn der Mann sagt:

„Schatz, ab jetzt bin ich immer zu Hause!“

– dann ist das für manche Frau auch mit Ängsten verbunden und man muss sich neu arrangieren!

Das Problem mit den Froschanten haben übrigens beide Geschlechter, auch wenn der Welcometitel suggeriert, dass es nur männliche Frösche gäbe... :

Aber was mache ich nun, wenn ich meine, einen Frosch oder ein Froschweibchen gefunden zu haben, obwohl ich doch einen Prinzen oder eine Prinzessin gesucht hatte?

Was soll man nun machen mit dem Frosch im Ehebett?

Küssen oder an die Wand werfen? Was würden Sie tun?

Was die meisten nicht wissen bzw. nicht wahr haben wollen:

Im **Märchen** wird der Frosch brutal an die Wand geschmissen und wird dann wieder zum Prinzen!

Aber das klappt natürlich nur im Märchen.

Also was soll ich tun, um mit dem Frosch klar zu kommen?

Zunächst noch mal drei Irrwege, die wir nicht gehen sollten:

1. Irrweg: Ich will Dich verändern.

Wir machen uns ein Bild vom anderen und dann versuchen wir immer mehr den anderen in dieses Bild zu pressen.

Aber den anderen werden wir kaum ändern können – der erste Irrweg.

2. Irrweg: Ich verschließe die Augen vor der Realität des Frosches – und sehe mit geschlossenen Augen weiter den Traumprinzen oder die Traumprinzessin im anderen und denke:
„Los, erfülle meine Erwartungen!“ – und zwar besonders die Unausgesprochenen! Auch kein guter Weg!

Den 3. Irrweg gehen besonders Männer in der Midlifecrisis: Flucht! Sie flüchten zurück in die Traumprinzenphase und suchen sich eine andere, jüngere Frau, die in ihnen den Prinzen sieht! Aber Ihre eigenen Froschanteile nehmen sie natürlich mit! Ein Irrweg!

Der richtige Weg ist meiner Meinung ein anderer:

Ich flüchte nicht, versuche auch nicht krampfhaft den anderen zu verbiegen und stelle mich liebevoll der Realität unserer Froschanteile:

Im Märchenbild gesprochen:

Ich küsse den anderen – und suche seine Nähe!

Ich versuche anzunehmen, dass der Traum vom Prinzen oder der Prinzessin eben nur ein Traum war.

Ich stelle mich der Realität, dass jeder Traumprinz auch Froschanteile hat

Es handelt sich also um not-wendige Enttäuschungen von (falschen) Erwartungen, die es in jeder Partnerschaft gibt.

Ein erster wichtiger Schritt lautet also:

Ich nehme den anderen so an wie er ist – als meinen Prinzen mit Froschanteilen – als meine Prinzessin, die zuweilen quakt.

Und ein wichtiger zweiter Schritt ist dieser:

Ich nehme auch mich mit meinen Froschanteilen an:

Ein berühmter Buchtitel lautet ja: **„Liebe Dich selbst und es ist egal wen Du heiratest.“** Und da steckt viel Wahrheit drin.

Wenn ich mich selbst annehme wie ich bin – einschließlich meiner Froschanteile, dann ist das ist eine ganz wichtige Basis auf der man dann weiter eine tragfähige Beziehung aufbauen kann.

„Ich nehme Dich so an wie Du bist“

– **das sagt Gott übrigens auch zu ihnen und mir**

– sagen sie das doch auch mal wieder zu sich und ihrem Partner und handeln sie danach!

Wer aus dem Märchentraum aufwacht der kann also im Glauben feststellen:

Ich bin weder reiner Frosch noch reiner Traumprinz – aber ich bin ein liebenswerter MENSCH!

Ein von Gott geliebter, einzigartiger Mensch, der mit allem Versagen, allem Quark des Lebens zu Gott kommen kann,

der mir gerne vergibt und mich wieder neu auf das wahre Leben mit ihm ausrichtet.

Und wenn ich darin ein festes Fundament habe,

dann kann ich mich auch demütig fragen:

Wo habe ich mich wie ein Frosch verhalten und wo muss ich mich entschuldigen.

Oder ich frage mich:

Wie würde ein Prinz in dieser oder jener Situation handeln und warum versuche ich es nicht mal wieder?

Denn wir wollen ja eigentlich alle gerne als Prinzen oder Prinzessinnen behandelt werden, oder?

Also müssen wir uns logischer Weise auch bemühen selber so zu handeln.

Wie kann das konkret aussehen?

Hier ein paar PRAXISTIPPS:

Wir haben mal einige Paare gefragt, die schon lange aus unserer Sicht glücklich miteinander verheiratet sind:

1. Was habt ihr richtig gemacht?

„Wir führen neben der Partnerschaft auch ein eigenständiges Leben.

Und in schlechten Zeiten haben wir auch einfach mal durchgehalten und nicht gleich alles hingeschmissen.

Wir haben viele gemeinsame Interessen, so dass die Zeit, die wir gemeinsam verbringen, beiden etwas gibt.“

Ein anders Paar: „Uns ist es wichtig den anderen so zu anzunehmen wie er ist, in all seinen Gegensätzen und wir versuchen nicht den anderen nach den eigenen Wünschen zu ändern. Dies bedarf häufig einfach Geduld zu haben mit dem Partner.“

Und ein drittes Paar sagte: „Uns hat es geholfen, Bücher über Beziehungen zu lesen und zu besprechen. Das hat dazu geführt, dass wir von Anfang an unsere Unterschiedlichkeit und Probleme thematisiert und Konflikte durchgearbeitet haben.

Frage 2:

Was haltet Ihr für die größten Fehler, die man machen kann?

Großer Fehler: „Wenn man rücksichtslos ist und nur die eigenen Bedürfnisse zu sieht, wenn man das eigene Ego über den Partner stellt.“

Und: Wenn man Konflikte unter den Teppich kehrt. Denn jeder Konflikt ist eine Wachstumschance für die Beziehung, sofern man ihn konstruktiv löst. Unbewältigte Konflikte hingegen sind wie Treppen in der Partnerschaft und irgendwann ist es schwer möglich einander wirklich zu begegnen.

Frage 3: Was tut Ihr für Eure Ehe?

„Wir entscheiden uns immer wieder aktiv für den Partner, auch wenn mal ein vermeintlicher Traumprinz oder eine Traumprinzessin in unser Leben tritt.“

Ein anderes Paar sagte: „Wir haben viele gemeinsame Hobbies, in denen wir gemeinsame Erlebnisse und Erfahrungen sammeln. Wir sprechen viel miteinander und über einander.“

Und das 3. Paar nannte gleich 3 wichtige Zutaten für eine gelingende Partnerschaft:

1. Reden, 2. Reden 3. Reden.

Sie sagte: „Wir schauen gar kein Fernsehen und nehmen uns im Schnitt pro Tag mind. 1 Stunde Zeit zum Reden. In der Zeit bereden wir Organisatorisches und Alltägliches miteinander, aber wenn das abgearbeitet ist, stoßen wir darauf, wie es uns wirklich geht und was uns beschäftigt.

Denn wenn da jemand ist, den es wirklich interessiert, wie es in meiner Seele aussieht, dann ist das Balsam für die Seele und bringt uns einander sehr nahe.

Wir glauben, diese abendlichen Gespräche sind die wichtigste Säule unserer Ehe.“

Was nehmen wir mit aus diesen praktischen Partnerschaftserfahrungen?

Es ist sicher wichtig, sich füreinander Zeit zu nehmen und ggf. auch Zeit einzuplanen, um gemeinsam Schönes zu erleben.

Gemeinsame Interessen und Ziele sind ein stabiles Fundament für eine Partnerschaft. Darum ist übrigens auch der gemeinsame Glaube ein gutes Fundament für eine Ehe (auch wenn das natürlich nicht ausreicht).

Es ist gut, den anderen erst einmal so anzunehmen wie er ist, aber auch Konflikte konstruktiv zu lösen. Dabei ist es wichtig, nicht nur die eigenen Bedürfnisse zu sehen, sondern auch die des anderen.

Ebenso wichtig ist es, ein eigenes Leben zu führen und nicht nur zu klammern.

Und das Wichtigste ist wohl miteinander zu **reden**.

Wie wäre es also mit einem abendlichen Gespräch statt Vuvuzelalärm aus dem Fernseher? - es sei denn es spielt Deutschland – dann kann man hoffentlich gemeinsam Schönes erleben – am kommenden Mittwoch!

Wenn man miteinander im Gespräch ist, dann hat man die Möglichkeit, den anderen immer besser zu verstehen.

Traumprinz gesucht – Frosch gefunden. Mein Fazit lautet also:

Jeder Prinz und jede Prinzessin hat auch Froschanteile, aber wir können auch damit glücklich leben, wenn wir uns darauf einlassen und den Frosch in uns und im anderen küssen.

Ich komme zum Schluss und möchte noch eine Parallele zum christlichen Glauben ziehen:

Gott sagt im AT schon zu seinen Menschen:

Wenn ihr mich von ganzem Herzen suchen werdet,
will ich mich von Euch finden lassen.

Aber was finde ich eigentlich, wenn ich Gott suche?

Oft begeben sich Menschen auf die Suche nach einem Traumgott und sie entdecken den Gott, der sich uns in Jesus Christus zeigt.

Dieser Jesus ist manchmal vielleicht ganz anders als der Gott, den ich mir so vorgestellt hatte.

Aber das Gute ist: Er ist viel besser – er enttäuscht mich im positiven Sinne!

Und dieser Gott sagt mir ganz liebevoll:

„Weißt Du, Du bist manchmal ein Frosch, aber in meinen Augen bist Du ein Königskind – mein geliebter Sohn oder meine geliebte Tochter.“

Denn die Bibel sagt: Wir sind Kinder Gottes, wenn wir an ihn glauben.

Und dieser Gott verspricht jedem von uns:

„Ich rette Dich, wenn Du in den Brunnen gefallen bist – vertraue mir einfach!“

Also, seien Sie kein Frosch – vertrauen Sie diesem König und küssen Sie Ihren Frosch. Dann entdecken Sie in ihm und in ihr auch wieder den Prinzen bzw. die Prinzessin, die sie lieben.

Amen.