

Glücklich verheiratet sein

## Die langweiligen Tage haben es in sich



Verheiratete geben sich die Hände

Quelle: Envato / LesiaValentain

Ganz realistisch gesehen, reiht sich im Leben nicht ein Highlight ans nächste. Meistens liegt ein relativ banaler Alltag dazwischen: Abende, an denen man einfach aufräumt und die Wäsche macht, verregnete Wochenenden - ganz ohne filmreife Momente.

Das gemeinsame Alltagsleben ist zugegeben manchmal nicht besonders aufregend, sondern anstrengend, gelegentlich sogar langweilig und ermüdend. Aber genau diese Momente, die Hollywood nie zeigen würde, entscheiden langfristig, ob eine Ehe hält. Es sind nicht die Highlights, die eine gute Ehe ausmachen, sondern die Zeiten dazwischen. Die Abende, an denen man einfach nur müde und eigentlich gereizt ist.

# Alltag als Chance sehen

In dieser scheinbar banalen Zeit zwischen den Highlights wird ganz allmählich Beziehung gebaut oder zerstört. Es geht um die Zwischentöne, die vermeintlich kleinen Stacheleien oder Kommentare, die Momente, in denen man zu müde ist, sich von seinem Tag zu erzählen. Diese Augenblicke kommen einem vielleicht unscheinbar oder unwichtig vor. Aber genau die sind es, die zarte Beziehungsbande stärken oder ganz langsam Fronten zwischen einem aufbauen, die unüberwindbar werden können. Es ist der Alltag, der jede Ehe herausfordert, der aber auch die Chance gibt, an einer stabilen und glücklichen Ehe zu bauen.

## Wie Ehe-Alltag gelingt

Ehe ist ein wunderbares Geschenk von Gott. Nur manchmal werden die kostbarsten Dinge im Leben nicht genug wertgeschätzt. Wir sind gestresst und abgelenkt und halten unsere Beziehung für selbstverständlich. Doch so lebt man sich auseinander.

Jeder Tag bietet aber die Möglichkeit, sich daran zu erinnern, was man am anderen hat und sich zu entscheiden, dass man zusammengehört. Das lässt sich dann im Alltag ganz praktisch beweisen. Zum Beispiel, indem man echt zuhört und sich das Herz ausschüttet. Indem man bereit ist, über seinen eigenen Schatten zu springen und zu geben, statt zu erwarten. Indem man darauf achtet, was die eigenen Zwischentöne kommunizieren: Liebe, Hingabe und Wertschätzung oder Gleichgültigkeit, genervt sein und Ablehnung? Den Alltag zu schaukeln ist eine Kunst, die sich auszahlt.

Und hier noch ein wunderbarer [Tipp aus der Bibel](#) für das Zusammenleben im drögen Alltag: «Seid vielmehr freundlich und barmherzig, immer bereit einander zu vergeben, so wie Gott euch durch Christus vergeben hat.»

*Zum Thema:*

[Dossier Beziehungskiste](#)

[In die Ehe investieren: Frisch verheiratete Paare wollen «Lifelong Love»](#)

Datum: 19.09.2023

Autor: Miriam Hinrichs

Quelle: Jesus.ch

Tags

Beziehungen

Leben als Christ

Ratgeber