

Der Weg zu einer intimen Beziehung...

Eine Autofahrt durch ein fremdes Land kann manchmal eine verwirrende oder beängstigende Erfahrung sein, vor allem wenn man sich auf fremde Hinweisschilder verlassen muss, und wenn diese Hinweisschilder in einer fremden Sprache geschrieben wurden. In ähnlicher Weise ist der Weg zu einer intimen Beziehung für viele Reisende ein unbekannter Weg in ein bedrohliches und angsteinflößendes Gebiet! Doch nur auf diesem Weg können wir die echte „Sprache der Liebe“ kennen lernen.

Ein Ehemann muss lernen, die Sprache der Liebe zu sprechen, indem er dem Bedürfnis seiner Frau nach Geborgenheit begegnet.¹

Deine Frau braucht...

Zuneigung

- Lass sie wissen, dass du sie liebst.
- Bringe ihr Blumen, Süßigkeiten und kleine Geschenke.

Kommunikation

- Teile deiner Frau mit, was du empfindest.
- Höre ihr aufmerksam und interessiert zu.

Ehrlichkeit

- Entscheide dich dafür, deiner Frau gegenüber vollkommen ehrlich zu sein.
- Teile ihr deine wahren Gefühle, Gedanken und Wünsche mit.

Finanzielle Sicherheit

- Übernimm die finanzielle Verantwortung für die Familie.
- Arbeitet an einem gemeinsamen Budget für die Zukunft.

Treue²

- Mache deine Frau und deine Familie zur obersten Priorität deines irdischen Lebens.
- Lass sie regelmäßig wissen, dass du ihr ein Leben lang treu bleiben wirst.

EPHESER 5,25

Ihr Männer, liebt eure Frauen! wie auch der Christus die Gemeinde liebt und sich selbst für sie hingegeben hat.

Eine Frau muss lernen, die Sprache der Liebe zu sprechen, indem sie dem Bedürfnis ihres Ehemannes nach Bedeutsamkeit begegnet.³

SPRÜCHE 31,11-12

Ihr vertraut das Herz ihres Mannes, und an Ausbeute wird es ihm nicht fehlen. Sie erweist ihm Gutes und nichts Böses alle Tage ihres Lebens.

Dein Mann braucht...

Bewunderung

- Lobe ihn für seine positiven Charaktereigenschaften.
- Erwähne ihn an seine Fähigkeiten.

Ein gutes Zuhause

- Sorge für eine freundliche, friedliche Atmosphäre in eurem Heim.
- Bemühe dich, einen guten Haushalt zu führen.

Sexuelle Erfüllung

- Begegne den sexuellen Wünschen deines Ehemannes.
- Lass ihn wissen, dass er im sexuellen Bereich ein guter Partner ist.

Eine attraktive Partnerin

- Halte dich durch die richtige Ernährung und durch körperliche Betätigung fit.
- Sorge dafür, dass dein Äußeres deinem Mann gefällt.

Kameradschaft

- Setze dir das Ziel, gemeinsame Interessen zu entwickeln.
- Interessiere dich für die Freizeitaktivitäten, denen dein Mann gerne nachgeht.

SPRÜCHE 31,11-12

Ihr vertraut das Herz ihres Mannes, und an Ausbeute wird es ihm nicht fehlen. Sie erweist ihm Gutes und nichts Böses alle Tage ihres Lebens.

Hindernisse für eine intime Beziehung⁴

Angst vor Verwundbarkeit

- Furcht vor dem Verlust gegenseitiger Liebe
- Furcht vor dem Verlust der Unabhängigkeit
- Furcht vor dem Verlust der Kontrolle

Angst vor Aufdeckung

- Unwilligkeit, vergangenes Versagen einzugestehen.
- Unwilligkeit, Schwachheit einzugestehen.
- Unwilligkeit, das „wahre Ich“ zu zeigen.

Angst vor Risiken

- Negative Eindrücke von Seiten der Eltern (fehlende Ermutigung und Fürsorge)
- Negatives Verhalten einflussreicher Personen (Kritik und Fehlersuche)
- Negatives persönliches Verhalten (Sünde verursacht Scham, die zur Isolation führt, wodurch jede Transparenz verhindert wird.)

Vergangene Ablehnung

- Ablehnung durch Familienmitglieder
- Ablehnung in einer Liebesbeziehung
- Selbstablehnung

Schlüsselvers zum Auswendiglernen

PHILIPPER 2,1-2

*Wenn es nun irgendeine Ermunterung in Christus **«gibt»**, wenn irgendeinen Trost der Liebe, wenn irgendeine Gemeinschaft des Geistes, wenn irgendein herzliches **«Mitleid»** und Erbarmen, so erfüllt meine Freude, dass ihr dieselbe Gesinnung und dieselbe Liebe habt, einmütig, eines Sinnes seid.*

Schlüsselstellen für das wiederholte Lesen

EPHESER 5,25-28

Gesprächsstarter

- Eine Eigenschaft, die ich an dir wirklich schätze, ist...
- Ich glaube, deine größte Stärke ist...
- Wenn ich mir aussuchen könnte, wie ich einen bestimmten Tag verbringen will, würde ich...
- Meine Lieblingsbeschäftigung als Kind war...

¹ Quellenangabe für diesen Abschnitt: Willard F. Harley, Jr., His Needs, Her Needs: Building an Affair-Proof Marriage, 15. Jubiläumsausgabe (Grand Rapids: Fleming H. Revell, 2001), 93, 121.

² Chapman, The Five Love Languages, 56.

³ Quellenangabe für diesen Abschnitt: Henry Cloud, When Your World Makes No Sense (Nashville: Oliver Nelson, 1990), 236; Harley, His Needs, Her Needs, 80, 105, 108, 156.

⁴ Quellenangabe für diesen Abschnitt: Hershey, Intimacy, 24; Janet G. Woititz, Struggle for Intimacy (Deerfield Beach, Fla: Health Communications, 1985), 73.

- Wenn ich an meiner Kindheit irgendetwas ändern könnte, dann wäre es...
- Eine wichtige Veränderung, die bei mir fällig wäre, ist...
- Wenn mich etwas bedrückt, dann ist es...
- Ich fühle mich dann geliebt, wenn...
- Meine größte Sorge ist...
- Ein persönliches Ziel von mir ist...
- Wenn ich einen bestimmten Tag noch einmal erleben könnte, dann...
- Die drei Dinge, die ich an unserer Beziehung am meisten schätze, sind...
- Mein größtes Gebetsanliegen ist...

Illusorische Vorstellungen über Intimität

(Tatsache oder Fiktion?)

Illusion: „Intimität bedeutet die sexuelle Beziehung zu einer anderen Person.“⁵

Tatsache: Eine sexuelle Beziehung ist nicht gleichbedeutend mit Intimität.

Illusion: „Intimität wird immer körperlich ausgedrückt.“⁶

Tatsache: Intimität kann emotional, geistig, geistlich oder körperlich ausgedrückt werden.

Illusion: „In einer Ehe kommt es automatisch zu einer intimen Beziehung.“⁷

Tatsache: In vielen Ehen entwickeln die Partner nie eine intime Beziehung.

Illusion: „Intimität kommt nur in Beziehungen zu Personen des anderen Geschlechts vor.“⁸

Tatsache: Intimität kann zwischen Familienmitgliedern, Freunden, Arbeitskollegen oder Menschen, die gemeinsam eine Krise durchmachen, entstehen.

Illusion: „Intimität bedeutet ein Gefühl der Nähe.“⁹

Tatsache: Intimität bedeutet vor allem Verbindlichkeit.

⁵ Hershey, Intimacy, 12, 93. Terry Hershey, Go Away, Come Closer: When What You Need the Most Is What You Fear the Most (Dallas: Word, 1990), 35.

⁶ Harry W. Schaumburg, False Intimacy: Understanding the Struggle of Sexual Addiction (Colorado Springs, Colo.: NavPress, 1992), 56.

⁷ Hershey, Intimacy, 12, 109. David Ferguson und Don McMinn, Top 10 Intimacy Needs, Intimacy Monograph Series: A Collection of Study Guides Dealing with Key Relationship Issues (Austin, Tex.: Intimacy, 1994), 17.

⁸ Hershey, Intimacy, 14.

⁹ Hershey, Intimacy, 162.

Illusion: „Wenn man einmal eine intime Beziehung entwickelt hat, kann man sie nicht mehr verlieren.“¹⁰

Tatsache: Eine intime Beziehung ist ein Wachstumsprozess, der ständige Pflege braucht.

PSALM 139,1-2

HERR, du hast mich erforscht und erkannt. Du kennst mein Sitzen und mein Aufstehen, du verstehst mein Trachten von fern.

Weitere Themen

- Abhängigkeit – Eine unausgeglichene Beziehung ausgleichen
- Ehe – Bis dass der Tod uns scheidet
- Ehevorbereitung – Bist du bereit, den Bund fürs Leben zu schließen?
- Freundschaft – Eisen schärft Eisen
- Partnerfindung – Auf den Richtigen warten
- Sexuelle Versuchung – Leidenschaft durch Reinheit überwinden

Kontaktadresse

Precept Ministries International e. V.

Am Neuen Weg 3

D – 82041 Oberhaching

Deutschland

Telefon: +49 (0) 89 63 89 92 27

E-Mail: info@precept-ministries.de

Internet: www.hopefortheheart.de

www.precept-ministries.de

Österreich

Telefon: +43 (0) 664 / 555 14 33

Die Bibelstellen sind der Bibel nach der Revidierten Elberfelder Übersetzung, Copyright © 1985 R. BROCKHAUS VERLAG, Wuppertal und Zürich entnommen (Abdruckgenehmigung Nr. 10.117).

Copyright © 2008 HOPE FOR THE HEART

¹⁰ Ferguson und McMinn, Top 10 Intimacy Needs, 8.

SCHLÜSSEL ZUR BIBLISCHEN SEELSORGE

„Das Gesetz des HERRN ist vollkommen und erquickt die Seele.“ (Psalm 19,8)



Biblische Antworten zu fundamentalen Problemen
unseres Lebens

*Eine intime
Beziehung
Die Sprache der Liebe lernen*

(Quick Reference Guide - das Wichtigste in Kürze)



HOPE
for the Heart

www.hopefortheheart.de