



HEIKE|PROBST
Eure Geschichte. Stark erzählt.



ALS IHR BEIDE EUCH
BEGEGNET SEID,
**ENTSTAND EINE
UNGLAUBLICHE KRAFT.**

Eure Geschichte ist nicht die einer romantischen Liebe. Es ist die zweier
Persönlichkeiten, die das Leben des anderen endgültig verändert hat.
Lasst uns diese Geschichte auf Eurer Trauung erzählen.

Tipps und Alternativen zur Liebeserklärung vor Freunden und Familie

Da ist sie endlich, die eine Chance. Filmproduzenten lieben diesen Moment – wenn er ihre Hand nimmt und seine Liebe in Worte fasst. Wie sie ihn dabei anschaut, um anschließend ihre Gefühle vor allen zum Ausdruck zu bringen. Und tatsächlich ist das nicht nur im Film einer der schönsten Momente einer Trauung.

Die Liebeserklärung (auch als Trauversprechen bezeichnet) ist mit kaum einem Moment im Alltag zu vergleichen. Wann halten wir schon einmal wirklich an und geben unserer Beziehung vor unserer Familie und unseren Freunden solch einen Raum und die Zeit, zelebriert zu werden?

Was für viele von uns in Gedanken zunächst romantisch anmutet, fühlt sich meist schon sehr herausfordernd an, wenn wir nur daran denken, tatsächlich unsere Liebe vor allen zu gestehen. Immerhin haben wir darin in der Regel nicht allzu viel Übung. Häufig schleicht sie sich dann ein: Die Angst, bei der Liebeserklärung zu versagen.

Was Ihr dagegen machen könnt bzw. welche Alternativen Ihr habt, sollten die Knie doch zu weich werden, will ich Euch hier vorstellen.

Was tun gegen die Angst, bei der Liebeserklärung zu versagen?

Macht Euch klar: Ihr könnt nichts falsch machen

Die Angst zu versagen ist tatsächlich völlig unbegründet. Eine Liebeserklärung zu versammeln geht de facto gar nicht. Warum?

Vor wem sollt Ihr die Liebeserklärung denn vermässeln? Was müsste passieren, damit das Trauversprechen wirklich schief geht? Eure Partnerin, euer Partner ist sowieso sehr milde gestimmt – immerhin hat sie bzw. er die gleiche Herausforderung vor sich und meist genauso viel Respekt, einen Hänger zu haben.

Und die Familie und Freunde? Sie freuen sich über eine Trauung, die abwechslungsreich ist, Eure Geschichte erzählt, in welcher sie Eure Persönlichkeiten wieder- und zum Teil neuentdecken dürfen. Die Liebeserklärung ist dann die emotionale Kirsche auf der Sahnetorte. Glaubt mir, Ihr werdet alles sagen können – nur wenige Worte, selbst tränenerstickt und sie werden absolut begeistert sein.

Eure Liebeserklärung auf einem Zettel parat haben

Wir alle kennen die Situation, wenn wir zu Hause durchs Wohnzimmer tigern. Dann haben wir alles im Kopf, Wort für Wort und sind dabei noch richtig selbstsicher, charmant und einfach wundervoll. Aber, wenn es dann zum Live-Einsatz kommt und wir nervös sind, dann passiert es: puff, alles wie weg, keine Chance sich noch an irgendein Wort zu erinnern. Der bzw. die ein oder andere von uns kennt das noch aus Schulzeiten.

Und selbst, wenn nicht alles weg ist, sondern wir nur einen ordentlichen Hänger haben: Nachdem wir Wort für Wort über Tage oder Wochen überlegt haben, was wir unserem Partner, unserer Partnerin an diesem wichtigen Tag sagen wollen, ist das Vergessen genau jener Botschaften ein echter Albtraum für die meisten von uns.

Warum sich selbst so stressen? Schreibt Euer Trauversprechen einfach auf einen Spickzettel oder schön säuberlich auf ein tolles Blatt Papier und Euch kann nichts passieren. Alle werden Verständnis dafür haben und Ihr zeigt Eurem bzw. Eurer Liebsten, dass Ihr Euch wirklich Gedanken gemacht habt, was Ihr sagen wollt. Ein anderer, wirklich schöner Nebeneffekt: Das gibt meist richtig schöne Fotos.

Keine Angst vor der eigenen Emotionalität

Was, wenn bei mir die Tränen fließen? Was, wenn man mich nicht mehr richtig versteht, ich vielleicht sogar abbrechen muss, weil ich einfach vom Moment überwältigt bin?

Ich stelle die Frage anders: Was, wenn wir alle, ohne mit der Wimper zu zucken, einfach geniale Worte sagen und hollywoodreif performen? Zack, Liebeserklärung top gesprochen, als wäre nichts und weiter. Klar, es gibt Menschen, denen das nichts ausmacht und das ist auch gut so, wenn es zu ihnen passt.

Gleichzeitig lebt gerade eine Hochzeit von einer Atmosphäre, die Emotionen zulässt. Eure Emotion ist genauso, wie sie kommt, richtig. Denn sie gehört zu Euch, zu Eurer Beziehung. Sie zeigt, dass Euch der Moment, diese Beziehung wirklich beeindruckt und etwas mit Euch macht. Was alle anderen darüber denken werden? Die meisten Gäste bekommen in solchen Momenten eine Gänsehaut oder müssen selbst weinen. Sie dürfen einen Moment miterleben, der nicht ehrlicher sein könnte.

Ganz ehrlich, so ein Moment ist nichts, wofür Ihr Euch verstecken müsst. Er zeigt Euch und Eure Emotionen füreinander. Das ist ein Geschenk für alle, die das miterleben dürfen.

Kurzfristig entscheiden: Ja oder doch lieber nein zur Liebeserklärung?

Und was, wenn mich das alles noch nicht beruhigt? Auch kein Problem: Manche haben einfach Panik vor der Liebeserklärung, wollen sie aber doch eigentlich so gerne machen. Stresst Euch damit in der Vorbereitung nicht zu sehr. Immerhin ist das Euer Fest und Ihr sollt Euch zu 100 % wohlfühlen und entspannen können.

Ich erlebe, dass es vielen Paaren den Druck nimmt, wenn wir vereinbaren, dass sie mir kurz vor der Liebeserklärung ein dezentes Zeichen geben, wenn sie nicht bereit sind. Dann weiß ich Bescheid und mache einfach direkt weiter im vereinbarten Ablauf. Niemand von Euren Gästen wird es bemerken. Alle freuen sich einfach auf den Moment, wenn ich Euch zu Ehepartnern erkläre. Wie unsere Geheimabsprache genau funktioniert, besprechen wir in unserem Gespräch.

Alternativen zur Liebeserklärung vor Familie und Freunden

Und wenn das alles nicht hilft bzw. Ihr einfach nicht die Typen seid für eine Liebeserklärung vor allen anderen? Was soll schon sein? Es ist Eure Freie Trauung. Schließlich geht es nicht darum, anderen zu gefallen oder irgendetwas zu tun, wobei Ihr Euch einfach nicht wohlfühlt.

Wenn Ihr allerdings dennoch gerne diesen emotionalen Punkt der Liebeserklärung erleben wollt, dann habe ich ein paar exemplarische Vorschläge für Euch.

Der Brief vor der Trauung

Anstatt Eure Liebeserklärung Eurem Partner, Eurer Partnerin zu sagen, könnt Ihr sie wunderbar aufschreiben. Ich empfehle Euch dafür ein schönes Papier zu nehmen und die Worte mit einem schönen Stift handschriftlich zu verewigen. Bei der Handschrift zählt: lieber echt statt perfekt. Immerhin ist dieser Brief für einen sehr besonderen Menschen bestimmt, dem der persönliche Text wichtiger sein wird als die Formschönheit.

Die Übergabe des Briefes kann zu ganz unterschiedlichen Zeitpunkten geschehen. Entweder Ihr erhaltet und lest die Briefe schon einen Tag vor der Trauung, vielleicht schlaft Ihr sogar getrennt voneinander und habt dann am Abend noch etwas Schönes, worauf Ihr Euch freuen könnt. Oder Ihr vereinbart den Brief am Morgen der Trauung zu lesen, ganz in Ruhe, wenn Ihr noch allein seid. Eine andere Möglichkeit ist, den Brief beim Getting-Ready zu lesen. Immerhin ist das Getting-Ready meist schon von großem emotionalem Wert.

Auch in der Briefzustellung selbst seid Ihr frei. Entweder Ihr tauscht Eure Briefe persönlich aus oder Ihr beauftragt jemanden mit der Übergabe. Wer kann diesen Job übernehmen? Schön wäre doch, wenn das ein für Euch sehr wichtiger Mensch übernimmt, bspw. die Trauzeugin, der Trauzeuge oder Eure Mütter, Väter, vielleicht sogar Oma und Opa. Wenn Ihr zusammen Kinder habt, wären sie bestimmt auch sehr stolz, diese Aufgabe zu übernehmen.

In jedem Fall empfehle ich Euch, den Zeitpunkt und die Zustellung im Vorhinein zu klären. Mein Vater hat meinem Mann damals den Brief zwar zum Getting-Ready überreicht, aber hat nicht dazugesagt, dass Sven ihn gleich öffnen sollte. So hat er ihn erst abends nach der Trauung gelesen. Der Inhalt passte dann nicht mehr so ganz zu den Gefühlen kurz vor der Trauung. Aber eins könnt Ihr mir glauben, schön war's trotzdem – Sven war sehr gerührt!

Natürlich könnt Ihr auch statt einen Brief zu schreiben, eine Videobotschaft vorher aufzeichnen und dann zum vereinbarten Zeitpunkt senden bzw. ansehen.

Die Vorteile eines Briefes oder einer Videobotschaft liegen auf der Hand:

- Kein Vortragen
- Keine zittrigen Knie
- Die Liebeserklärung lässt sich immer wieder, zu jeder Zeit, durchlesen bzw. ansehen
- Die Familie und Freunde dürfen vielleicht auch mal einen Blick drauf werfen, wenn Ihr das wollt

First Look mit Liebeserklärung

Wenn Ihr nicht darauf verzichten wollt, die Reaktion Eures Partners, Eurer Partnerin auf Eure Liebeserklärung zu erleben, dann kann eine Liebeserklärung zu zweit beim First Look zu Euch passen.

Der „First Look“ ist das erste Aufeinandertreffen von Euch als Paar vor Eurer eigentlichen Trauung. Dieser Moment, das erste Mal einander in den Outfits zu sehen und die Braut bzw. den Bräutigam zu bestaunen, wollen manche nicht vor dem Traualtar, sondern – zu zweit – schon davor erleben. Hier lässt sich die Liebeserklärung wunderbar einbinden. Auf jeden Fall startet Ihr mit einem wundervollen Gefühl in den gemeinsamen Tag und erlebt danach eine Trauung, die weitere Höhepunkte bereit hält.

Mein Tipp: Plant genug Zeit dafür ein, damit Ihr Euren First Look entspannt genießen und dann zur Trauung kommen könnt.

Übrigens: Manche lassen sich dabei von einem Foto- oder Videografen begleiten, um diesen Augenblick für immer festzuhalten. Dann könnt Ihr die Liebeserklärung im Nachgang immer noch Eurer Familie und Euren Freunden zeigen, wenn Ihr wollt.

Ihr seht, es gibt wirklich viele Möglichkeiten, die Liebeserklärung bei der Hochzeit zu erleben – ob nun vor Familie und Freunden oder nur unter Euch. Ihr müsst auf jeden Fall nicht darauf verzichten und werdet diesen besonderen Augenblick nie vergessen.

Eure Heike