



familylife TIME

Qualitätszeit für deine Beziehung

Aktion und Reaktion

Alles, was wir tun oder sagen, ist wie Samen, den wir säen. Daraufhin folgt die Ernte. Nichts bleibt ohne Folgen. Jede Aktion erzeugt eine Reaktion.

Hast du schon einmal darüber nachgedacht, welche Samen du in deiner Ehe säst? Oder welche Samen du vielleicht bereits heute gesät hast? Mir fällt sofort eine Aktion meines Mannes ein, die mir heute Morgen besonders ans Herz ging. Gestern erfuhren wir von einer schwierigen Situation unserer Tochter, die uns wirklich Sorgen bereitet. Als ich morgens die Rollläden öffnete und die Sonnenstrahlen hereinließ, sagte mein Mann zu mir: 'Komm, lass uns jetzt für unsere Tochter beten und alles in Gottes Hand legen. Und dann möchte ich mit ihr reden, um zu verstehen, was sie braucht und wie wir sie unterstützen können.'

Diese einfache Geste brachte Frieden und Hoffnung in mein Herz. Sie erinnerte mich an ein Versprechen aus der Bibel, das besagt: 'Alle eure Sorgen werft auf ihn, denn er sorgt für euch.' Und ich habe schon so oft erlebt, dass Gott eingreift, wenn wir ihm unsere Sorgen überlassen. Die Initiative meines Mannes löste außerdem noch etwas anderes in mir aus: Dankbarkeit und Stolz auf ihn. Wie ermutigend sein Vorschlag für mich war, ließ ich ihn gleich wissen und brachte damit auch wieder Samen auf unsere Ehe.

Mit dem Einzug des Frühlings erwacht nicht nur die Natur, sondern auch unsere Sehnsucht danach, zu pflanzen und Samen zu setzen. Gestern habe ich den Boden für meinen Spinat vorbereitet mit dem festen Wunsch, eine üppige Ernte zu erzielen. Jetzt kommt noch etwas Humus drauf, bevor ich diese Woche den Spinat in ordentlichen Reihen aussäe.

Und da entdeckte ich Parallelen zwischen meinem Garten und meiner Ehe. Es lohnt sich, innezuhalten und zu reflektieren: Welche Samen säen wir eigentlich in unsere Beziehung mit unseren Worten und Taten? Und welche Früchte ernten wir als Reaktion darauf?

Aus gutem Samen wachsen positive Reaktionen; das weiß ich aus Erfahrung. Genauso erlebe ich es, wie ich mit „schlechtem“ Samen Widerstand, Frust, Ablehnung oder Verunsicherung erzeuge. Frust, wenn wir zu oft das Negative betonen, Verunsicherung unseres Partners, wenn wir ständig nörgeln und klagen. Widerstand kann entstehen, wenn wir mit Vorwürfen angreifen, und Schweigsamkeit, wenn wir unseren Partner nicht zu Wort kommen lassen.

Wenn ich nun Brennnesselsamen auf mein Beet streue, kann ich nicht erwarten, dass Spinat daraus wächst. Das gleiche Prinzip gilt auch für unsere Beziehung. Daher ist es für mich entscheidend, achtsam zu sein, positive Samen in unsere Beziehungen zu säen. Nur dann kann ich eine reiche Ernte an Liebe, Vertrauen und Harmonie erwarten.

NEXT LEVEL FÜR DEINE BEZIEHUNG

Welchen Samen säst ihr auf eurer Ehebeet?

Durch welche Aktionen erzeugt ihr welche Reaktionen