



SOMMERDIALOGREISE



Unser Beziehungsgarten



Bild von [Frauke Riether](#) auf [Pixabay](#)

Der eigene Kosmos unserer Beziehung hat viele Analogien mit einem Garten. Diese werden in der folgenden Sommerdialogreise ausgelotet.

Viel Freude beim Schreiben und Austauschen!

Verschiedene Räume unseres Gartens



Bild von [Kerstin Herrmann](#) auf [Pixabay](#)

Wenn wir unsere Beziehung mit einem Garten vergleichen, dann fällt auf, wie viele verschiedene Räume sich darin befinden: die Blume der kleinen Aufmerksamkeiten, der Lebensbaum der Kinder, der versunkene Garten unserer tiefsten Empfindungen, das Schloss unserer Liebe, der Turm der Einsamkeit, der verborgene Garten unserer Geheimnisse, die Hecke unserer Konflikte, der Brunnen des Unterbewussten, der Hängesessel der Entspannung...

Ich suche mir einen genannten Raum aus (oder finde einen neuen), der mich besonders angesprochen hat. WFIM, wenn ich an diesen Raum unseres Beziehungsgartens denke? Welche Gefühlsfamilie kommt da in mir zum Klingen?

Wachsen lassen oder zurückschneiden?



Bild von [Ron Porter](#) auf [Pixabay](#)

Als Beziehungsgärtner werden wir fast täglich vor die Herausforderung gestellt, entscheiden zu müssen, was wir in unserer Beziehung wachsen lassen wollen und was zurückgeschnitten, also eingedämmt werden soll. Die Frage, die dahintersteht, ist, welche Grenzen wir ganz persönlich haben oder welches Verhalten/welche Umstände unserer Beziehung förderlich sind oder eben nicht.

WFIM, wenn ich an das Bild vom Wachsen-Lassen und Zurückschneiden denke? Welche Beispiele kommen mit da in unserer Beziehung in den Sinn? WFIM, wenn ich dir das mitteile?

Unsere Sonnenblume



Bild von [Ulrike Leone](#) auf [Pixabay](#)

Die Sonnenblume steht stellvertretend für die Sonnenseiten unserer Beziehung, für das Strahlende, Lebendige, zur Sonne/zu Gott Gewandte.

WFIM, wenn ich das Bild anschau? Welche Beispiele aus unserer jüngsten Vergangenheit kommen mir da in den Sinn? WFIM, wenn ich dir das mitteile?

Dunkle Ecken unseres Beziehungsgartens



Bild von [Hands off my tags! Michael Gaida](#) auf [Pixabay](#)

In unserem Beziehungsgarten gibt es viele versteckte Plätze, dunkle Ecken und verwunschene Hohlwege. Diese stehen für Dinge, die wir nicht gerne ans Tageslicht bringen wollen, Geheimnisse, Gedanken oder Gefühle, die wir nicht herzeigen wollen, oder vielleicht Themen, die uns unangenehm sind, weil wir nicht wissen, wie der andere darüber denkt, für Ängste aller Arten.

WFIM, wenn ich an diese dunklen Ecken unseres Beziehungsgartens denke? Welche Gefühlsfamilie kommt dabei zum Klingen?

Nähe oder Distanz?



Bild von [bruce lam](#) auf [Pixabay](#)

Im Garten unserer Beziehung stehen wir wie zwei Bäume nebeneinander. Khalil Gibran schreibt in „Der Prophet“ darüber: „Steht zueinander, aber nicht zu nahe beieinander. Denn auch die Säulen des Tempels sind jede für sich, und Eichen und Zypressen gedeihen nicht im Schatten des anderen.“ (Über die Ehe)

***WFIM, wenn ich an Nähe und Distanz in unserer Beziehung denke?
Welche Gefühlsfamilie kommt da in mir zum Schwingen?***

Die Spielwiese



Bild von [Götz Friedrich](#) auf [Pixabay](#)

Die große Wiese in unserem Beziehungsgarten steht für den Raum des Spiels, der Unterhaltung, der zärtlichen Annäherung, des Unsinns, des Tanzes und der gemeinsamen Verrücktheit.

WFIM, wenn ich an die Spielwiese unseres Beziehungsgartens denke?

Gießen und Pflegen der Saat



Bild von [annawaldl](#) auf [Pixabay](#)

Auf dem Stück Land, das wir Beziehungsgarten nennen, finden sich sämtliche Saatkörner: die Saat der Freude, des Friedens, der Achtsamkeit des Verstehens, der Liebe. Aber auch die Saat des Verlangens, des Zornes, der Vergesslichkeit, des Egoismus. Das förderliche und das hinderliche Saatgut sind immer vorhanden, die Samenkörner liegen schlafend in der Erde. Die Qualität unserer Beziehung hängt nun davon ab, welche Samenkörner wir begießen. Wenn wir die Saat des Friedens gießen, wird der Friede wachsen. Gibst du der Saat des Egoismus Wasser, dann wird Streit und Konflikt in unsere Beziehung einziehen. Die Samenkörner, die du häufig begießt, werden am stärksten wachsen. (nach Thich Nhat Hanh)

***WFIM beim Gedanken daran, dass ich es in der Hand habe, welche Saat in unserem Beziehungsgarten begossen und gepflegt wird?
Welche Gefühlsfamilie kommt da in mir zum Klingen?***

Lebendige Veränderung



Bild von [Kranich17](#) auf [Pixabay](#)

Ein Garten verändert sich ständig, jedes Jahr zeigt sich zu den verschiedenen Jahreszeiten ein anderes Bild. Diese Lebendigkeit kann in unserem Beziehungsgarten spannend und interessant sein, aber auch Ängste und andere schwere Gefühle auslösen. Wird die Veränderung förderlich sein? Soll man sie annehmen oder zu verhindern suchen? Was macht sie mit unserer Beziehung?

WFIM, wenn ich an die Veränderungen in unserer Beziehung in letzter Zeit denke?

Lebensraum für andere



Bild von [Jindřich Škrála](#) auf [Pixabay](#)

Jeder Garten ist Lebensraum für zahlreiche andere Lebewesen, die entweder permanent dort leben oder nur auf Besuch da sind. Auch unser Beziehungsgarten ist Lebensraum für andere: unsere Kinder, unsere Familie, unsere Freunde, Bekannten oder Nachbarn.

WFIM beim Gedanken, dass auch andere in unserem Beziehungsgarten leben? Welches Grundbedürfnis kommt dabei in mir zum Schwingen?

Im Garten unserer Beziehung



Bild von [Michelle Raponi](#) auf [Pixabay](#)

Bitte begeben euch an diesem Tag (oder einem darauf folgenden) in einen Garten eurer Wahl und schreibt dort einen Dialog zu folgender Frage:

WFIM, wenn ich an die vergangene Dialogreise denke? Welche Erkenntnis ist mir in Bezug auf unseren Beziehungsgarten gekommen? WFIM, wenn ich dir das mitteile?

Anita & Martin Deutsch

Seebenstein, ME-Region NÖSB

www.dialogreisen.me