Weiterlieben

Die gemeinsame Zukunft zimmern

Ehepaar gemeinsam am Malen
Quelle: Envato / DC_Studio

Wie geht es euch als Paar, wenn ihr an die nächsten Jahre denkt? Funktioniert ihr nur, um den Alltag zu bewältigen, oder freut ihr euch auf das, was ihr euch vorgenommen habt? Susanne und Marcus Mockler geben Ideen für eine Paarbeziehung mit Vision.

Stell dir vor, du stehst mit deinem Partner vor einer riesigen Leinwand. Die Farben leuchten, die Pinsel sind bereit. Aber anstatt einfach loszulegen, fragt ihr euch: Was wollen wir eigentlich malen? Wie soll unser gemeinsames Werk aussehen? Diese Frage ist nicht nur für Künstler mega-wichtig, sondern auch für uns Paare, die ihre Zukunft zusammen gestalten wollen.

Die Vision: Euer innerer Kompass

Ein altes schottisches Sprichwort sagt: «Wenn wir heiraten, übernehmen wir einen versiegelten Brief, dessen Inhalt wir erst auf hoher See lesen.» Krass, oder? Am Anfang der Beziehung hätten wir nie gedacht, welche Stürme das Leben bringt. Kinder, Karriere, Krankheiten, Krisen – all das verändert uns. Deshalb ist es so wichtig, immer wieder innezuhalten und zu fragen: Wo wollen wir eigentlich hin?

Insbesondere dann, wenn die Kinder grösser werden und aus dem Haus gehen, ergeben sich neue Spielräume, um Ideen zu entwickeln, Neues zu wagen oder nochmals durchzustarten – vielleicht beruflich, aber vor allem als Paar. Die Kraft ist noch da, nun ist auch mehr Zeit verfügbar, weil die Kinder nicht mehr so viel brauchen. Dann kann es losgehen. Nur wohin?

Eine gemeinsame Vision ist wie ein Kompass. Sie kann uns im Alltag leiten. Paare mit einer klaren Vorstellung und Perspektive sind glücklicher und stärker als Paare, die ziellos irgendwohin driften. Denn sie ziehen an einem Strang und lassen sich nicht so leicht aus der Bahn werfen. Aber wie entsteht so eine Vision? Die findet ihr nur heraus, wenn ihr miteinander sprecht. Hier ein paar konkrete Schritte, wie das einfacher wird.

Sieben Schritte zur Vision

Schritt 1: Euer Dreamday

Einmal im Jahr solltet ihr euch einen «Dreamday» gönnen. Das ist kein Tag zum Ausruhen, sondern ein Date, an dem ihr über eure Träume und Ziele sprecht. Wo seht ihr euch in fünf, zehn oder zwanzig Jahren? Was wollt ihr unbedingt erleben? Welche Wünsche habt ihr als Paar – und welche Wünsche hat jeder für sich?

Folgende Fragen können euch dabei helfen:

- Was wollen wir gemeinsam unbedingt erreichen?
- Welche aufregenden Orte wollen wir sehen?
- Welche Fähigkeiten wollen wir uns aneignen?
- Welches gemeinsame Hobby oder Ehrenamt könnten wir starten?
- Wie stellen wir uns den Ruhestand vor, wenn wir alt und grau sind?

Schreibt eure Antworten auf, visualisiert eure Ziele mit Bildern oder Collagen. Ein Traumhaus, eine Weltreise, ein Gartenprojekt – alles ist erlaubt!

Schritt 2: Die Finanzen klären

Geld ist ein Thema, das viele Paare lieber umgehen. Aber wer seine Zukunft gestalten will, kann das nicht beiseite lassen. Wann ist der beste Zeitpunkt, um mit der Vorsorge anzufangen? Die Antwort: vor zwanzig Jahren. Der zweitbeste Zeitpunkt ist jetzt!

Analysiert eure Ausgaben. Wofür gebt ihr unnötig Geld aus? Wo könnt ihr sparen? Setzt euch finanzielle Ziele: Wie viel wollen wir für den Ruhestand auf die hohe Kante legen? Welche Versicherungen brauchen wir wirklich? Was wollen wir unseren Erben hinterlassen?

Wichtig: Mach deinen Partner zum Co-Piloten. Wenn einer allein die Finanzen regelt, gibt es oft Stress. Und es kann schwierig werden, wenn nur einer von euch beiden Einblick in die Vermögenssituation hat. Was, wenn diesem Partner mal etwas zustösst? Es ist ratsam, dass beide genug wissen, um im Notfall die Finanzen übernehmen zu können.

Schritt 3: Gesundheit und Fitness stärken

Natürlich hat man vieles in Bezug auf die Zukunft nicht im Griff. Das Älterwerden bringt Veränderungen mit sich, die nicht immer schön und angenehm sind. Statt dagegen anzukämpfen, solltet ihr lernen, damit umzugehen. Und ihr könnt euren persönlichen Beitrag dazu leisten, damit ihr mit höherer Wahrscheinlichkeit gesund alt werdet.

Investiert in eure Körper und Seelen. Bewegt euch regelmässig, esst gesund und gönnt euch Auszeiten. Bleibt mental fit: Lest Bücher, löst Rätsel oder lernt eine neue Sprache.

Ein weiterer Punkt: Sorgt dafür, dass ihr beide für den Notfall Bescheid wisst. Wüsstest du, wo wichtige Dokumente und Konten sind, wenn dein Partner im Krankenhaus liegt? Habt ihr Vorsorgevollmachten und eine Patientenverfügung unterschrieben? Auch das ist ein unschönes, aber wichtiges Thema. Sprecht darüber, wie ihr euch im schlimmsten Fall euer Ende vorstellt. Dann muss niemand raten.

Schritt 4: Soziale Netze pflegen

Eine starke Beziehung lebt nicht nur von der Zweisamkeit, sondern auch von den Beziehungen nach aussen. Freunde, Familie, Nachbarn – all das gehört dazu. Macht Fahrradtouren, Grillpartys, Spieleabende. Ein guter sozialer Zusammenhalt ist wichtig.

Es muss übrigens nicht alles gemeinsam unternommen werden. Unternehmt was mit anderen. Ob Männerrunde oder Mädelsabend – tut auch jeder persönlich etwas zur Pflege von Beziehungen. Gerade Männer tun sich hier oft schwer. Aber es ist wichtig, gute Freundschaften zu haben, um sich auszutauschen und auch um mit Problemen nicht allein zu bleiben.

Helft andererseits als Ehe-Team Freunden beim Umzug oder engagiert euch ehrenamtlich. Das stärkt eure Bindung und verstärkt in euch die Gewissheit, Teil von etwas Grösserem zu sein.

Schritt 5: Glauben vertiefen

Für viele Paare ist der Glaube wichtig. «Couples who pray together stay together» («Paare, die gemeinsam beten, bleiben zusammen») – da ist was dran. Wir beobachten, dass Paare, die ihren Glauben teilen, tendenziell stärkere Beziehungen haben und weniger trennungsgefährdet sind. Das ist natürlich keine Garantie. Man muss auch gemeinsam an der Ehe arbeiten. Aber der gemeinsame Glaube stärkt die Bindung zwischen euch.

Fangt lieber klein an, als gar nichts zu machen: Betet vor dem Essen, lest jeden Morgen eine Bibelstelle oder die Tageslosung der Herrnhuter Brüdergemeine. Engagiert euch gemeinsam in eurer Gemeinde oder unterstützt ein Hilfsprojekt. Das schweisst zusammen und gibt eurer Beziehung Tiefe.

Schritt 6: Krisen als Booster nutzen

Keine Beziehung ist perfekt. Aber gerade in schweren Zeiten zeigt sich, was ein Paar wirklich verbindet. Seid ehrlich miteinander. Teilt eure Ängste, Sorgen und Hoffnungen. Sucht euch professionelle Hilfe, wenn ihr allein nicht weiterkommt. Statt euch auseinanderzuleben, seht Veränderungen als Chance, euch neu kennenzulernen.

Schritt 7: Den Alltag begeisternd leben

Letztendlich geht es darum, euer Leben mit kleinen Dingen zu etwas Besonderem zu machen. Anstatt im Alltagstrott zu versinken, gestaltet ihn proaktiv. Kocht zusammen neue Rezepte. Tanzt in der Küche. Macht spontane Ausflüge oder überrascht euch gegenseitig. Denkt daran: Glück entsteht nicht durch grosse Events, sondern durch die kleinen Momente, die wir bewusst erleben.

Fazit: Eure Zukunft startet jetzt!

Eines Tages werden wir sterben – aber an allen anderen Tagen nicht. Also lasst uns die Zeit nutzen, um unsere Zukunft aktiv zu gestalten. Redet miteinander, träumt zusammen und arbeitet Hand in Hand an euren Zielen. Denn eines ist sicher: Eine Beziehung, die gepflegt wird, kann auch nach Jahren noch mega-aufregend sein und vor allem zunehmendes und tieferes Glück bringen.

Also: Pinsel raus und los geht's mit dem Malen! Eure Zukunft wartet!

Susanne & Marcus Mockler sind seit über 30 Jahren verheiratet und engagieren sich für starke Ehen. Interessiert an mehr solcher Impulse von FamilyNext? Gönne dir oder Freunden jetzt einen günstigen Jahresabogutschein des Magazins hier.

Zum Thema:
Susanna Aerne im Talk: Familie mit Vision
Livenet-Talk mit Ehepaar Bareth: Lebenslange Liebe – wie ist das möglich?
Marie-Rose und Michel: Die erstaunliche Verwandlung eines Ehepaars

Datum: 28.08.2025
Autor: Susanne und Marcus Mockler
Quelle: Magazin FamilyNext 04/2025, SCM Bundes-Verlag

Tags
Familie
Beziehungen
Leben als Christ
Christen in der Gesellschaft