

Unser Leben auf der Erde gleicht einer Reise durch Raum und Zeit. Diese Reise hat viele Abschnitte und Stationen, sie kennt Brücken und Barrieren. Jede Teilstrecke hat ihre Herausforderungen und Segnungen.

In diesem Beitrag lädt uns der Autor ein zu einer Fahrt mit dem Lebenszug. Dabei wird deutlich, welches überraschende Ziel unsere Lebensreise hat und welche Prozesse wir dabei durchlaufen. Die kurzen Gebete im Text von Gerhard Bially sollen dabei helfen, die einzelnen Phasen zu reflektieren und Heilung für alle Verletzungen auf der Wegstrecke zu empfangen.



# Der nächste LEBENSABSCHNITT

## Wie werde ich ein reifer Mensch?

von Andreas Donath

*Mal ehrlich: Wollen Sie so alt sein, wie Sie sind? Sind Sie älter, als Sie sein wollen? Welches Lebensalter halten Sie für das schönste?*

*Viele Menschen sprechen nicht gern über ihr Alter. Sie wollen jünger erscheinen – während Kinder und Jugendliche gern älter sein möchten.*

Romano Guardini, ein christlicher Philosoph des 20. Jahrhunderts, hat mir sehr geholfen, die verschiedenen Lebenszeiten zu verstehen und mich

auch auf das „Altwerden“ zu freuen. Er zeigt die positiven Seiten jeder Lebensphase, die Chancen jedes Lebensabschnittes auf.

Allerdings verschweigt er auch nicht, dass der Übergang von einer Phase in die nächste normalerweise mit einer Krise verbunden ist. Dabei ist eine Krise nicht generell schlecht, denn sie birgt außer den Gefahren auch Chancen. Entscheidend dafür, wie wir die nächste Lebensphase erleben, ist unser Verhalten in der Krise!

Ich fasse hier die einzelnen Lebensphasen und dazwischenliegenden Krisen zusammen, wobei Guardini von einer gesunden Entwicklung ausgeht. Es kann allerdings auch Störungen und Verletzungen geben, die diese Entwicklungen anders verlaufen lassen. Außerdem gibt Guardini zu, dass seine Beobachtungen eigentlich noch von einer Frau ergänzt werden müssten.

### Phase 1 Mutterleib

Es ist die Phase des körperlichen und seelischen Wachstums im Lebensbereich der Mutter. In Psalm 139 wird deutlich, dass Gott uns schon im Mutterleib sieht und formt: *Als ich geformt wurde im Dunkeln ... waren meine Glieder dir nicht verborgen ... Deine Augen sahen mich, als ich noch nicht bereit war ... Denn du hast meine Nieren bereitet und hast mich gebildet im Mutterleib* (Verse 13–16; vgl. auch Jer 1,5). Vieles, was die Mutter in dieser Zeit erlebt, überträgt sich auf das ungeborene Kind.

**Krise: Geburt** – die wahrscheinlich härteste Krise, an die wir uns glücklicherweise nicht mehr erinnern können: aus der geborgenen, abgedunkelten, gedämpften, warmen, geschützten Umgebung mit großer Anstrengung und gegebenenfalls auch Schmerzen herauszukommen ins Helle, Kalte, Laute.



Zum Autor

**Andreas Donath**, verheiratet, drei erwachsene Kinder und zwei Enkelkinder, ist neben seiner leitenden Stellung in der Finanzverwaltung Trainer und Berater bei xband ([www.xband.eu](http://www.xband.eu)) und Ältester in der Rheinkirche Düsseldorf.

Zum gleichen Thema hat A. Donath bereits eine Kurzfassung in *Charisma 137* veröffentlicht, die hier in Absprache mit dem Autor von der Charisma-Redaktion überarbeitet und ergänzt wurde.

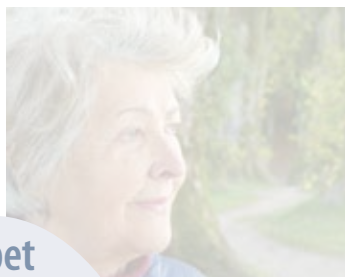


1



© ILYA AKINGSHIN-Fotolia

2



## Gebet

Herr Jesus Christus, ich bitte dich, mit mir zurückzugehen zu den Anfängen meines Lebens. Bitte befreie mich von der Angst, die ich empfunden habe, als die Geburtswen einsetzten und mich in den Geburtskanal zwängten. Jesus, ich bitte dich, mich von allen negativen Einflüssen während der Schwangerschaft und negativen Nachwirkungen meiner Geburt zu heilen – besonders, wenn sie unter lebensbedrohlichen Komplikationen verliefen. Und ich danke dir heute auch noch einmal für meine Mutter und meinen Vater.

(Dieses Gebet und auch einige der folgenden sind angelehnt an Barbara L. Shlemon: Heilendes Gebet. Verlage Styria / Ernst Franz).

Nur gut, dass die Geburten heute erheblich humaner geworden sind (Stichwort „sanfte Geburt“). Doch normalerweise ist es erst einmal ein Schreck für das Baby, von der Mutter losgelöst zu werden und eine eigene Existenz beginnen zu müssen.

### Phase 2 Kind (ca. 0–12 Jahre)

Diese Phase ist eine Entwicklungsphase. Nach dem *Urvertrauen* (erstes Lebensjahr) werden Ansätze von *Autonomie* sichtbar (ab dem zweiten Lebensjahr). Nun wollen die Kinder alles „selber machen“. Danach beginnt die *initiative Phase*: Die Welt wird erobert, es wird experimentiert. Doch während dieser Zeit des Spielens, Schaffens und Ge-

staltens entwickelt sich auch eine gewisse Selbstsucht. Es ist die große Aufgabe der Erziehenden, hier positiv zu prägen.

In Psalm 8,3 wird deutlich, wie Gott schon die Kinder hoch achtet und beschützt: *Wenn die Kleinen und Schwachen für dich was singen, nimmst du diese Lieder, um deine Feinde in die Knie zu zwingen* (Volxbibel; vgl. auch Mt 19,14).

**Krise: Reifung** – besser bekannt als „Pubertät“. Diese Krise ist die Zeit der Selbstbehauptung, ein – oft relativ hilfloser – Befreiungsversuch. (Guardini nennt als Hindernisse: Mütter, die dazu neigen, ihre Kinder überzubehüten und autoritäre Väter.) Der sexuelle Trieb erwacht. Alles, was war, wird in Frage gestellt, das Weltbild wird neu

oder erstmals wirklich bewusst gestaltet. In dieser Phase sehen wir die drei möglichen Reaktionen, die auch in späteren Lebenskrisen sichtbar werden:

**a) Rebellion:** Einige gehen stärker in die Rebellion, lehnen die Veränderung, die in ihnen und ihrer Wahrnehmung geschieht, ab und wollen lieber Kind bleiben.

**b) Resignation:** Andere resignieren angesichts dieser Veränderungen und sind frustriert. Damit ziehen sie unbewusst einen Status der Abhängigkeit vor.

**c) Annahme:** Die Übrigen nehmen die Situation an und gestalten ihr Leben. Dies macht sie früh zu mündigen Menschen.

## Gebet

Danke, lieber Vater im Himmel, dass du mich während meiner Kindheit beschützt hast. Für gewisse Verhaltensweisen während meiner Pubertät bitte ich dich um Vergebung (können gern einzeln aufgezählt werden). Besonders, wenn ich mich bewusst oder unbewusst der Rebellion oder Resignation hingegeben habe. Für Verletzungen, die ich anderen zugefügt oder selbst erhalten habe, bitte ich dich um Heilung.