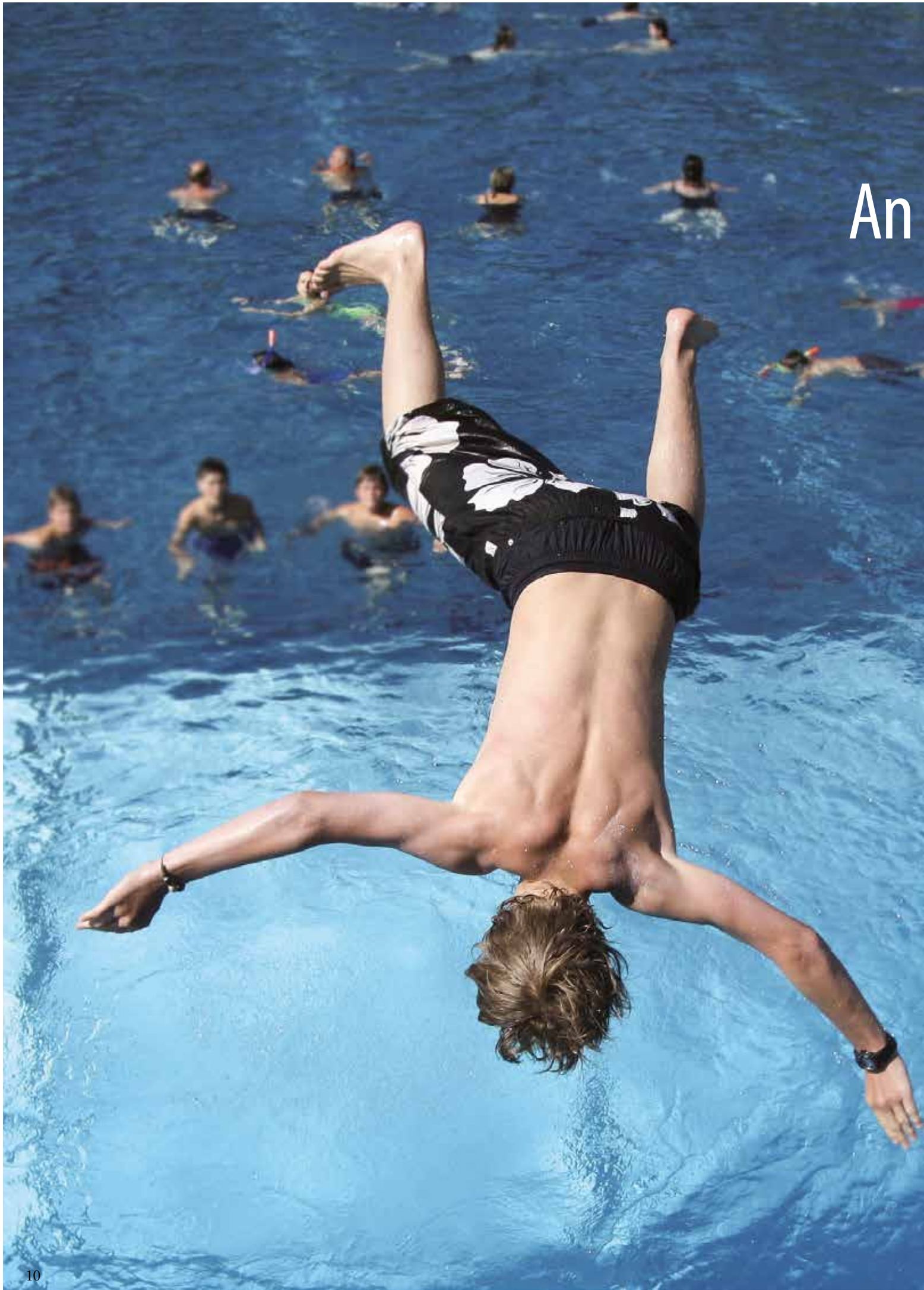


An



deinen

GRENZEN

kannst du wachsen

Wie Grenzen setzen, aber auch Grenzen überschreiten
uns zu reiferen Persönlichkeiten werden lässt

von Gertraud Schöpflin

„Soll ich dir zeigen, wie ich da hinunterspringe?“ Mein fünfjähriger Sohn nickt. Ich schlucke. Noch nie habe ich so einen Sprung gewagt.

Wir stehen beide am Zehn-Meter-Sprungturm des Schwimmbads hoch. Erwartungsvoll setzt sich der Kleine auf eine Bank neben dem Becken und sieht mir zu, wie ich die Leiter hochsteige. Drei Meter, fünf Meter – mit zunehmender Höhe wächst in mir die Beklommenheit. Als ich schließlich in zehn Meter Höhe angekommen bin, spüre ich sie ganz deutlich: die Grenze. Die Grenze meines Mutes, meiner Kraft. An dieser Grenze zwischen Himmel und Erde habe ich Angst – und wie! Ich lasse den nächsten, der

hinten mir steht, an mir vorbei, schließlich jeden nach mir. Alle springen. Ich traue mich nicht. Aber die steile Leiter wieder hinabzusteigen, wage ich auch nicht. Mein Herz klopft. Was soll ich tun?

Ohne es zu merken, hatte ich meine Grenze überschritten, weil ich jemandem imponieren wollte. Ich wollte eine

tolle Mama sein, aber ich hatte mein mulmiges Bauchgefühl ignoriert. Jetzt saß ich in der Klemme.

Grenzerfahrungen wie diese gehören zum Leben. Darum verbinden wir mit dem Wort „Grenze“ in der Regel keine Hochgefühle. Keiner lebt grenzenlos. Das beginnt schon mit der begrenzten Zeit, die wir hier auf Erden haben. Die Frage ist, ob Grenzen unser Leben zwangsläufig einengen müssen oder ob wir daran wachsen können? Sind Grenzen am Ende eine gute Idee Gottes?

Eine Idee Gottes?

Grenzen definieren ein Gebiet. Von Anfang an sind wir als Menschen in eine Welt gestellt, die uns eingrenzt. Geografische Grenzen wie Flüsse und Berge nehmen wir meist klaglos als gegeben hin. Bei politischen Grenzen wird es schon schwieriger. So manche Grenzziehungen von Menschenhand schmerzen Völker bis in die Gegenwart.

Auch kulturelle und soziale Grenzen prägen unseren Alltag. Es ist ein Unterschied, mit welcher Schulbildung, Hautfarbe, Nationalität oder welchem Geschlecht ich mich um einen Job bewerbe. Und nein, es ist mir nicht egal, welche Religion und Herkunft die junge Dame hat, die mir mein inzwischen erwachsener Sohn als Freundin vorstellt.

Wo sind meine Grenzen?

Die Frage nach den Grenzen ist eng mit unserer Identität verknüpft. Wer bin ich? Wo sind meine Grenzen? Diese Frage zu klären, ist für jeden eine Lebensaufgabe. Unsicher werden wir vor allem da, wo Grenzen unklar sind. Dies sind meist die Grenzen meiner Persönlichkeit. Sie kommen zum Ausdruck, wenn wir sagen: „Da komme ich an meine Grenzen“ oder „da sind mir Grenzen gesetzt.“

Jeder hat dabei sein ganz eigenes Grenz-Profil. Das merken wir vor allem, wenn jemand unsere Grenzen überschreitet, und es vielleicht nicht einmal merkt. Das ist der Stoff, aus dem Konflikte sind! Wir setzen im Alltag Grenzen und erleben, dass sie überschritten werden, weil wir unsicher sind. Bin ich eine schlechte Mutter, wenn ich meine Kinder kein *Fortnite* am Computer spielen lasse? Alle tun das, beharrt der Fünftklässler in unserer Familie. Bin ich eine schlechte Kollegin, wenn ich Nein zur Überstunde sage? Eine schlechte Ehefrau, wenn ich nicht mit klettern gehe? Klar ist, wenn wir unsere Grenzen nicht kennen, können wir sie

© herculaneum79—AdobeStock



ZUR AUTORIN

Gertraud Schöpflin, Charisma-Redakteurin und Lehrerin an einer christlichen Schule (FES) in Böblingen, ist verheiratet und hat vier Söhne.