

## Übergänge fordern zum Wesentlichen heraus

von Barbara Lehner

Viele von uns kennen dieses mulmige Gefühl. Die Koffer sind eingecheckt, die Angehörigen verabschiedet, die Passkontrolle durchschritten, der Platz im Flugzeug eingenommen. Nun hebt das Flugzeug in Richtung Reisedestination ab und wir finden uns wieder in jener Schweben, die Übergänge kennzeichnet.

Übergänge sind Orte, Zeiten und Situationen des Nichts, des Dazwischens. Ein Nicht-Ort, der nicht zum Bleiben einlädt, sondern zum Weitergehen, ähnlich der Türschwelle. Bahnhöfe sind solche Orte des Übergangs, Vorräume zum Operationssaal auch, der Spital sowieso. Die Aufbahrungshalle ist ein Nicht-Ort, der Gebärsaal, der Flughafen, die Zollkontrolle, der Passübergang. Silvester ist eine Zeit des Dazwischens, die Dämmerung auch. Die Pubertät ist eine Übergangszeit, die Wechseljahre heissen ja deshalb so. Geborenwerden und Sterben, die grossen Übergänge, die wir als Menschen alle durchschreiten. Zeiten der Verunsicherung, die ängstigen, infragestellen, herausfordern zum Wesentlichen.

In Einzelbegleitungen, Jahresweggruppen zu Schöpfungsspiritualität und im Gestalten von Übergangsritualen begleite ich als freischaffende Theologin und Erwachsenenbildnerin Menschen in Übergangssituationen. Menschen, die mit der Geburt ihres Kindes einen neuen Lebensabschnitt beginnen. Die ihr Kind angesichts der Herausforderungen des Lebens in einen grösseren Kreis stellen wollen; in eine Gemeinschaft, in eine Tradition, in einen Glaubens- und Sinnzusammenhang. Menschen, die ihren gemeinsamen Lebensweg unter einen Segen stellen wollen. Die Visionen ihres Zusammenlebens formulieren und wissen oder ahnen, dass ihre Zweiergemeinschaft ein Beziehungsnetz und einen Sinnbezug braucht, der ihre Beziehung mitträgt. Menschen in Trauer und Krisensituationen, die ihr Leben neu ordnen müssen und darin Halt und Orientierung suchen. Menschen, die sich auf ihr eigenes Sterben vorbereiten und Begleitung brauchen. Die der Endlichkeit ihres Lebens in die Augen schauen und sich mit ihrem Leben versöhnen wollen. Die nach dem tasten, was sie trägt in allem Fallen.

Ein Ritual oder auch ein Seelsorgegespräch bietet einen strukturierten Rahmen, um das Chaos, den Wandel und die Gefühle, die offenen Themen und Fragen zu erforschen, betrachten, durchleben. Indem das zur Sprache kommen kann, was ist, verliert das Bedrohliche oder Undefinierbare seine Macht, wird der Umfang der Verwandlung erfasst und verdichtet durchlebt. So bat mich eine hochschwangere Freundin, mit ihr zusammen vor der Geburt ihr Kind in einem Ritual willkommen zu heissen. Wir gingen ins zukünftige Kinderzimmer, das zuvor ihr Meditations- und Rückzugsraum gewesen war. Bewusst hatte sie das Zimmer ausgeräumt und zum Kinderzimmer umgestaltet. Hier verabschiedete sie sich von ihrer Unabhängigkeit als kinderlose Frau und betrauerte den Freiraum für ihr



inneres Kind, den sie ein Stück weit aufgeben musste. Danach sprach sie zum Kind in ihrem Bauch und versicherte ihm, dass sie nun bereit sei für sein Kommen. Sie lud es ein, in ihr Leben zu treten. Im bewussten Tun durchlebte sie den Prozess verdichtet und erhielt Gewissheit, ein inneres Wissen um die Verwandlung, die ihrem Leben bevorstand.

In der Schweben, wenn das Alte verlassen ist und das Neue noch nicht begonnen hat, sehnen wir uns nach Orientierung und Halt. Im Wandel stellt sich erst recht die Frage nach dem, was ist und dem, was bleibt, wenn sich alles verändert. Die Frage nach dem Jetzt und nach dem Ewigen. Gesehen, gehört, erkannt und verstanden zu werden, hilft, sich in diesem Jetzt zurechtzufinden. Mit Worten, Symbolen und Erzählungen, das, was ist, sichtbar und erfahrbar werden zu lassen, ist Teil der Übersetzungsarbeit, die ich leiste in der Begleitung. In Umbruchszeiten wächst die Sehnsucht nach Kontinuität, nach dem roten Faden, der alles miteinander verbindet. Geschichte und Geschichten zu erzählen, im Erinnern einen Faden zu weben zur eigenen Vergangenheit und zu den Geschichten anderer, die vor uns einen ähnlichen Weg gegangen sind.

Im Abschliessen wird das Vergangene nochmals genauer betrachtet, zeigen sich die Leerstellen, das Ungelebte, das Vergessengegangene, das Ungelöste. Einiges muss vielleicht losgelassen und übergeben werden - in Gesten, Symbolen, im Gebet. Im Neubeginn suchen Herz und Geist nach Ankerpunkten und Hoffnungsfahnen. Geschichten, Vorbilder, Visionen helfen, eine Vorstellung dessen zu entwickeln, wie es sein könnte. In Abschiedsmomenten schmecken wir Einsamkeit. Zurückgeworfen auf sich selbst, erahnen wir, dass es Schritte gibt, die wir allein tun müssen, Zeiten, die wir allein durchstehen müssen, auch wenn andere uns in irgendeiner Art und Weise begleiten. Eine Erfahrung von Nacktheit, da wir den Mantel des Gewohnten abgelegt haben: den sicheren Status, den Alltag, der Struktur gibt, das Selbstverständliche. Wer sind wir in Übergängen? Wenn alles wegfällt, was vertraut war? Wenn wir aller Rollen entblösst dastehen, nur als die, die wir sind. In der Nacktheit des eigenen Seins werden wir zum Wesentlichen herausgefordert.

Eine dieser Relationen, die mich im tiefsten in eine Religio - ein Sich-Verwurzeln führt, ereignet sich, wenn ich mein eigenes Sein, Leben und Sterben in ein grösseres Sein hineinstelle. Wenn ich meine menschliche Existenz als Teil des Grösseren, des Lebens selbst betrachte und dadurch relativiere: Ich bin allein und doch eingebunden. Ich lebe mein einzigartiges Leben und Sterben und bin doch Teil der vielfältigen Formen und Erfahrungen des Lebendigen. Ich bin Erdkreatur und ahne doch die Weite des Himmels. Ich bin vergänglich und trage doch die Sehnsucht nach dem Ewigen im Herzen. Ich habe das Gelingen meines Lebens nicht in der Hand und bin doch aufgerufen, verantwortlich mein Leben und das Leben auf dieser Erde mitzugestalten. Ich bin wie alles ein Wunder der Schöpfung und Teil des göttlichen Ganzen. Gedenke Mensch, Du bist Sternstaub und Teil dieses Universums. Eine etwas andere Interpretation des Aschermittwochspruchs, die aus dem Gefängnis des von allem abgetrennten menschlichen Individuums befreit und in die Gemeinschaft des Lebens hineinruft. In dieser Kommunikation des Lebendigen können wir die existentielle Verbundenheit allen Lebens erahnen, allein dadurch, das wir sind, atmen und leben. Im Loslassen ins Grössere finden wir zu jener Gelassenheit, die Dorothee Sölle in ihrem letzten Vortrag als Weg zum Glück beschrieb: Das Loslassen des Egos, das „Sich-lassen in Gott“, der Quelle allen Seins.



[www.lebensgrund.ch](http://www.lebensgrund.ch)

Erschienen: Wendekreis 06/2004