



Mission Lebensmitte

NEUE
SERIE

#1: Loslassen, segnen, unterstützen

Wenn die Kinder das Nest verlassen, stellen sich den Eltern neue, spannende Aufgaben. Kerstin Wendel spürt ihnen in dieser FamilyNEXT-Serie nach.

Irgendwann ist es für uns Best Ager so weit: Der jüngste Spross hat das Haus verlassen. Spätestens jetzt haben wir vielleicht ein gut funktionierendes Handy zwecks Kontaktaufnahme erworben. Dennoch, wir sind zurückgeblieben: eine Frau, ein Mann, nicht mehr ganz taufersch, aber auch noch nicht rostreif. Und nun? Trauern und uns trösten? Renovieren von abgenutzten Kinderzimmern? Ausreißen nach Australien? Warten auf Enkelkinder? Oder noch viel mehr? Diese Serie stellt vor, was und wer auf uns wartet. In der ersten Folge geht es erst mal wieder um unsere Kinder.

Wie jetzt? Warum startet diese Serie ausgerechnet wieder mit denen, die wir doch gerade losgelassen haben? Weil unsere Beziehungen unsere erste Berufung sind. Ein Zitat von Malte Rauch, das mich seit Jahren begleitet, lautet: „Der erste Beruf des Menschen ist seine Beziehung.“ Wichtige Beziehungen kommen vor allem anderen: vor dem Sprung auf der Karriereleiter, dem Hausprojekt, dem fordernden Ehrenamt oder dem liebsten Hobby. Ich habe das jahrelang nicht so für mich erkannt und gelebt, mich aber in der Lebensmitte neu aufgestellt. Dafür bin ich unendlich dankbar.

Jetzt, wo unsere Kids gehen, geben wir ihnen nach wie vor hohe Priorität im Leben. Nun zeigen wir unsere Liebe und Solidarität anders, indem wir sie loslassen, segnen und unterstützen. Und Achtung: Die Reihenfolge ist wichtig!

◦ Was stößt das Zitat von Malte Rauch in mir an?

1. Loslassen

Meiner Meinung nach bedeutet das: Die Kinder innerlich und äußerlich freizugeben für ihr neues, komplett eigenständiges Leben – das wir als Eltern hoffentlich schon lange durch viele einzelne Schritte vorbereitet haben, falls die Kids nicht selbst „losgestürzt“ sind. Nach der Psychologin Verena Kast bedeutet dieses Loslassen, bewusst eine Trauerphase einzugehen, um anschließend in ein neues, uns unbekanntes Verhältnis zum Kind hineinzuwachsen. Mein Mann und ich haben diese Trauerphasen ganz unterschiedlich durchlebt, auch zeitlich

versetzt. Das war sogar gut so, denn so konnten wir einander dabei stärken.

Ich weiß aus eigener Erfahrung, wieviel Leid im Leben von Familien entstehen kann, wenn dieser Schritt seitens der Eltern (oder Kinder) nicht vollzogen wird. Es kann Kinder verkrüppeln, Ehen belasten, psychosomatische Krankheiten entstehen lassen. Wer sich unsicher fühlt, ob er das Loslassen hinbekommt, darf dem gern nachgehen, sich austauschen mit den eigenen Kids, ob sie sich genug losgelassen fühlen, sich eventuell auch professionelle Hilfe in Form von Seelsorge oder Therapie suchen. Alles Schritte, um dazuzulernen.

◦ Konnte ich bereits loslassen?

Brauche ich dazu eventuell Unterstützung?

2. Segnen

Nun tummeln sich unsere Töchter und Söhne vielleicht in anderen, uns noch unbekanntem Städten, Stadtteilen oder Ländern, in Ausbildungsplätzen oder Studiengängen. Sie öffnen sich für andere Menschen, Gemeinden, Einflüsse und Institutionen. Viele unserer Kinder sind souverän und gewandt unterwegs. Daneben gibt es andere, die uns sorgenmäßig herausfordern: die einen durch ihren Wagemut, die anderen aufgrund ihres Phlegmas. Die ersteren leben mal eben vier Wochen auf Teneriffa, arbeiten von da aus und schauen dann, was vielleicht danach lockt. Die anderen kommen aus unserer Sicht nicht aus dem Quark und hängen hauptsächlich allein zu Hause rum.

Egal, was unsere Großen tun oder lassen, unsere Hauptaufgabe wird darin bestehen, Gott machen zu lassen. Segnen ist das Codewort. Wenn ich um Gottes Segen für einen Menschen bitte, dann spreche ich Heiliges über ihm aus. Das ist nicht zu unterschätzen. Es ist ein überaus großes Geschenk, dass wir unsere Kinder der Fürsorge Gottes anvertrauen können. Was wird der Segen mit ihnen machen? Vielleicht bewahrt er sie vor manchem Unheil und Schaden, vielleicht stärkt er sie für Aufgaben und Projekte, vielleicht motiviert er sie für Entfaltung ihrer anvertrauten Gaben. Es kann sein, dass

»