

Prolog

Ich habe das große Privileg, auf dem Land zu wohnen. Zugegeben – wenn man die neuesten Trends shoppen möchte, muss man das online machen und auch angesagte Locations sind eher spärlich gesät. Aber wenn es zum Beispiel um unvergleichliche und atemberaubende Sonnenaufgänge geht, möchte ich meinen Wohnort gegen kein noch so hippestes Großstadtappartement eintauschen. Unser Wohnzimmer hat eine große Fensterfront, die gen Südosten ausgerichtet ist, und gleich hinter unserem Haus beginnt nahezu unberührte Natur!

Wenn am frühen Morgen die Sonne aufgeht, bietet sich uns bei klarem Himmel fast immer ein wunderschönes Bild: Der Horizont leuchtet in einer sich ständig wandelnden Mischung aus Feuerrot und Orange über Violett bis hin zu Zartrosé – Farben, die nur die Natur selbst zu malen vermag. Die Felder, die sich hinter unserem Haus erstrecken, sind noch vom Tau der Nacht bedeckt und das angrenzende Tal sieht aus, als hätte jemand eine riesengroße Kanne schneeweißen Nebels darin entleert. Auch wenn das jetzt wie die Szene eines zu kitschigen Heimatfilmes klingt, so ist es doch nicht selten, dass ein Hase durch dieses Bild unberührter Schönheit hoppelt oder ein Reh mit seinen Kitzen kurz zum äsen anhält. (Okay, die Rehe haben auch schon einen Abstecher in unseren Garten gemacht und die frischen Rosenknospen abgefressen – aber das tut an dieser Stelle eigentlich nichts zur Sache).

Da ich ein Morgenmensch bin, stehe ich gerne früh auf, setze mich in unser noch dunkles Wohnzimmer, beobachte dieses Naturschauspiel und genieße den Frieden und die Reinheit des neuen Tages. Und nahezu jedes Mal wünsche ich mir, dass ich solche Momente konservieren könnte, um sie bei Bedarf mitten im lauten, vollen und herausfordernden Alltag einfach hervorzuholen und mich in sie hineinzuflüchten. Mehr noch: Ich wünsche mir, dass ich meinen lauten, vollen und herausfordernden Alltag eintauschen könnte gegen diese Stille, diese Schönheit und diese einladende Weite. Da wäre Raum zum Gestalten, Raum für weise Gedanken, Raum für tiefe Begegnungen, Raum für bedeutungsvolles Nichtstun, Raum für zielgerichtetes Handeln, Raum für Fröhlichkeit, Leichtigkeit, Glück und Wesentliches.

Ein Lebensland, dass vor Möglichkeiten nur so strotzt.

Aber machen wir uns nichts vor: Das wahre Leben hat meist wenig zu tun mit Unberührtheit, Idylle und sonnendurchflutetem Frieden. Diese Erkenntnis holt mich immer spätestens dann wieder ein, wenn nur wenige Sekunden später entweder ein forderndes „Maaaaaama, ich bin waaaaaaaach“ von unserer Jüngsten kratzig durch das Babyfon schallt oder in der oberen Etage eine Tür knallt, weil sich mein Sohn und meine Tochter – noch sehr unfertig für den Tag – im Bad begegnet und sich erst mal ordentlich angeblafft haben. Die meisten Tage unseres Lebens gleichen eher einer Krisengebietsreportage als einem Heimatfilm.

Und noch während ich diese Wörter schreibe, ahne ich bereits, dass vermutlich noch so mancher Kampf vor mir liegen wird, bis ich den letzten Buchstaben dieses Buches getippt haben werde. Alleine in den letzten fünf Minuten habe ich mehr Zeilen wieder gelöscht als hinzugefügt, weil sich meine Gedanken heute nur schwer sortieren lassen und ich auch schon wieder mindestens vier Mal unterbrochen wurde. Dabei freue ich mich so auf jeden Gedanken, den ich hier festhalten werde, auf die Reise, die sich beim Schreiben von Zeit zu Zeit wie von selbst entwickeln wird und auf das fertige Buch, das am Ende hoffentlich vielen Leserinnen und Lesern ein segensreicher Wegbegleiter auf einem Abschnitt ihres Lebens werden wird. Ich freue mich, es kribbelt in meinen Fingern, das Gestalten und Erschaffen lockt mich – und doch weiß ich jetzt schon, dass es nicht immer leicht sein

wird und ich bestimmt zwischendurch sogar das ganze Projekt abbrechen möchte – wieder dicht gefolgt von neuem Mut und neuer Vorfreude auf das, weswegen ich einmal angefangen habe.

Hand aufs Herz: Lässt sich darin nicht ein grundsätzliches Muster für unser Leben erkennen? Etwas liegt vor uns wie ein Stück friedliches, unberührtes und einladendes Land. Dieses „Etwas“ lässt sich ganz unterschiedlich füllen: eher klein mit „ein neuer Tag“ oder „ein neues Projekt“ oder weitaus größer mit „ein Umzug“, „ein neuer Lebensabschnitt“ oder „ein großes Wagnis“. Wir sind hochmotiviert, unser vor uns liegendes Lebensland zu genießen, zu erkunden, es einzunehmen und all seine Winkel zu entdecken. Schon Hermann Hesse schrieb in seinem Gedicht „Stufen“ sehr passend: „*Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne!*“⁴¹

Aber dann geschieht irgendetwas. Es scheint, als würde sich etwas zusammenbrauen. Manchmal sind es nur ein paar einzelne Störenfriede – kleinere Unterbrechungen –, manchmal scheint es aber auch eine ganze Armee zu sein, die in unser Land einfällt und in verschiedenen Gebieten und Landstrichen fast unaufhaltsam Kriege und Schlachten anzettelt.

- Wir erleben Streit in einer sonst so harmonischen Beziehung.
- Alte Muster unserer Vergangenheit lähmen immer wieder unser Verhalten in der Gegenwart.
- Unser Kind hat plötzlich massive Schulprobleme.
- Auf der Arbeit entpuppt sich ein Kollege als zunehmend schwierig.
- Wir empfinden unsere eigene Schaffenskraft als minderwertig und unbrauchbar.
- Die persönlichen Finanzen schwinden durch unvorhersehbare Geschehnisse dahin.
- Eine Krankheit überfällt uns oder einen uns lieben Menschen.
- Unser Terminkalender führt ein Eigenleben und frisst uns auf.
- Sorgfältig geplante Veränderungen für die Zukunft werden durch unsere Inkonsequenz dahingerafft.
- Der Glaube an Gott wird zunehmend einengend, anstatt uns auf weiten Raum zu stellen.

Die Kampfplätze sind vielfältig, so wie es auch unser Leben selbst ist. Doch die Konsequenzen sind immer dieselben: Leichtigkeit wird schwer. Motivation wird gebremst. Weite wird eng. Mut wird eingeschüchtert.

Mit anderen Worten könnte man auch sagen: Das Leben passiert. Über uns und der ursprünglichen Harmonie unseres Lebenslandes prangen plötzlich die wenig verheißungsvollen Worte „gestört“, „irritiert“ und „durcheinandergebracht“: irritierte Identität, gestörte Beziehungen, durcheinandergebrachte Pläne und Gaben.

Doch was passiert da eigentlich genau? Wer sind diese feindseligen Störer? Wieso haben sie überhaupt Zutritt zu meinem Lebensland? Werde ich sie je wieder los und wenn ja, wie? Und ist es möglich, sich in seinem Lebensland zufrieden und erfüllt zu entfalten, auch wenn noch nicht jeder Kampf beigelegt wurde?

Ich möchte dich auf den folgenden Seiten einladen, mich durch verschiedene Länder zu begleiten. Das heißt, eigentlich ist es ein und dasselbe Land, wir wollen es lediglich aus verschiedenen Perspektiven beobachten.

Zunächst liegt das *Sehnsuchtsland* vor uns. Stell dir vor, du sitzt wie ich frühmorgens am Fenster und schaut hinaus aufs Leben. Es bietet weiten Raum, der dich aufatmen lässt, Freiheit, die dir im Herz und in den Fingern kribbelt und Platz zum Gestalten, der dich einlädt und täglich neu deine Abenteuerlust weckt. Und ganz viele „Landabschnitte“ deines Lebens erfüllen tatsächlich diese Weite-Attribute: deine Ehe, deine Familie, dein Job, deine Berufung, deine Träume, deine Freundschaften,

dein Glaube – zumindest in ihrer ursprünglichen Version. Doch plötzlich werden der Friede und die Freiheit in diesem Sehnsuchtsland bedroht und eine andere Realität zieht auf.

Wir wechseln die Perspektive und befinden uns im *Kampfland*. Es gilt, aus einem sicheren Unterschlupf genau zu beobachten, was da vor sich geht, denn wenn wir das nicht machen, werden uns das Chaos, die Unsicherheit und die Kämpfe in unserem Land letztlich niederringen. Wir müssen also sehr aufmerksam hinschauen und auseinanderdividieren: Wer fällt da in unser Land ein? Was genau, welches Gebiet, welcher Landstrich wird gestört? Mit welcher Strategie wird dieses Ziel verfolgt. Das klingt erst mal düster und bedrohlich, doch wir werden sehen, dass wir nicht schutzlos ausgeliefert sind: Gott selbst, der König und Herrscher der ganzen Welt, bietet uns seine Hilfe an und will unsere Kämpfe kämpfen. Denn der Sieg ist doch längst errungen. Die Frage ist: Wie wird er in unserem Leben Realität? Und welche Rolle spielen wir – du und ich – eigentlich in all diesen Gefechten? Außerdem werden wir entdecken, dass in unserem Land auch noch Gefährten leben, die uns in alldem beistehen, und dass es wertvolle Räume des Schutzes und der Sicherheit gibt, in die wir uns flüchten können.

Sind die Fronten geklärt, können wir es wieder neu sehen und lieben lernen: unser *Abenteuerland*, ein Land voller Möglichkeiten. Sicher ist nicht alles rosarot und röhrende Hirsche kommen auch nur selten vorbei – aber wer will das eigentlich? Unser Abenteuerland gibt uns die Chance, uns zu entwickeln. Vielleicht ist das Tempo manchmal langsamer, als wir es uns wünschen, aber wir dürfen und werden Fortschritte machen, wichtige Siege erringen und die Einstellung entwickeln, jeden noch so kleinen Erfolg gebührend zu feiern.

Doch nicht jeder Kampf gehört in unser Land und muss deswegen auch gar nicht von uns gekämpft werden. Die Wahrheit liegt irgendwo zwischen Kampf und Frieden, Sehnsucht und Realität, Mitgestalten und Aushalten. Wo genau diese Wahrheit in deinem Leben liegt, lernt sich nicht in der Theorie, sondern wird erst dann zur Realität werden, wenn du dich auf den Weg machst und losgehst. Wir sind von Gott ausgestattet worden mit einer himmlischen Identität und einer kraftvollen Autorität. Und in diesem Wissen dürfen wir mutige Schritte wagen. Das Leben wartet schon auf uns.

Ich kenne dich nicht, weiß nicht, wie du tickst. Vielleicht bist du der Typ, der sich gerne einen Kaffee oder Tee kocht und es sich zum Lesen in einem Sessel bequem macht. Hier lässt du die neuen Gedanken erst einmal auf dich wirken und reflektierst sie mit gesundem Abstand. Vielleicht bist du aber auch eher der Typ, der bildlich gesprochen die Wanderschuhe schon angezogen hat. Neben dir steht der Rucksack, der nur darauf wartet, noch mit ein paar guten Inspirationen gefüllt zu werden, damit es dann gleich losgehen kann und die neuen Gedanken in der Realität erprobt werden können.

Was auch immer dir mehr entspricht: Ich freue mich, mit dir gemeinsam auf Entdeckungsreise zu gehen.

Über unseren Weg kann ich dir nur so viel sagen: Es wird ehrlich werden, abenteuerlich, lebensnotwendig, heilig, auch mal bunt und träumerisch, und von all diesem hoffentlich genau so viel, dass du am Ende sagen kannst: Ich habe wichtige Schlachten gekämpft, gute Erkenntnisse für mich gewonnen und befreiende Siege errungen. Ich will mich, meinen Gott und das Leben mit allem, was dazu gehört, feiern!

Auf eine wertvolle Reise!

ⁱ Hermann Hesse, *Stufen. Vom Zauber des Neubeginns*, Knauer MensSana HC, 2008.