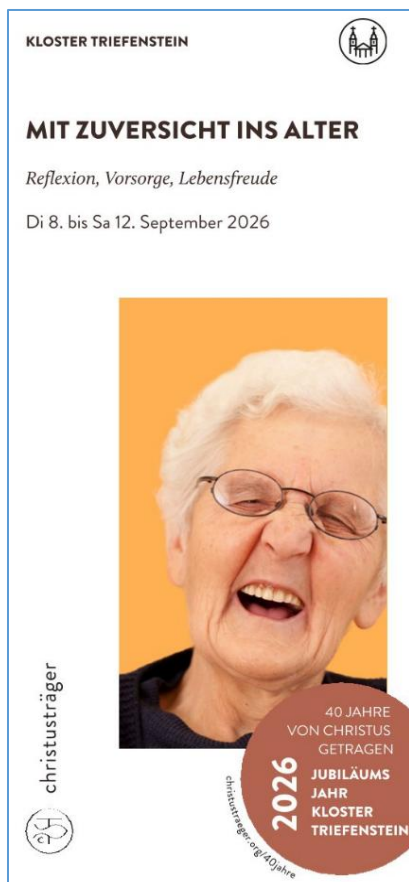


Der HERR schafft meinen Grenzen Frieden. (nach Psalm 147, 14a)

Eine kleine Auszeit würde mir wieder mal guttun, dachte ich und hielt nach einem passenden Seminar bei den Christusträgern* Ausschau. Seit Anfang April bin ich 60, wahrscheinlich hatte mich deshalb dieses Angebot neugierig gemacht: „Mit Zuversicht ins Alter“. Allerdings fragte ich angesichts des Fotos sicherheitshalber nach, ob ich wirklich zur Zielgruppe gehöre und ich etwa der jüngste Teilnehmer sei. „Nein, bist Du nicht, es ist jemand NOCH jünger als Du.“ hieß es. Das war dann einer der beiden Seminarleiter, 59. Alle anderen in meiner 17-köpfigen Gruppe waren schon Rentner.

Ich habe mich darauf eingelassen und bin ein Stückweit ins Älterwerden eingetaucht. Eine Vorstellungsrunde zu Beginn brachte uns recht eng zusammen. Was es doch für verschiedene Lebensentwürfe, -wege und -ziele gibt! Manches hat mich betroffen gemacht, anderes hat Respekt abverlangt, wir haben manchmal herzlich gelacht. Das Älterwerden hat jedenfalls etwas mit Grenzen zu tun, da muss man nicht erst Rentner sein, das kann man schon eher feststellen.

Besonders beeindruckt haben mich zwei Christusträger-Schwestern**. Beide sind Mitarbeiterinnen in der Betreuung und Begleitung von Menschen, die Zuwendung und Pflege brauchen. Ihr Vortrag stand unter der Überschrift (s.o.): „Der HERR schafft meinen Grenzen Frieden.“ - Was tun, wenn Grenzen (zu) beengend werden?

Schnell liegt der Gedanke nahe, dass damit regionale Grenzen gemeint sein könnten, die Verse davor im Psalm sprechen von Jerusalem und der Stadtmauer. Auch Landesgrenzen habe ich angesichts der aktuellen schlimmen Weltlage in Betracht gezogen – wie schön wäre es doch, wenn sie sicher wären! Zudem ist ihre Schutzfunktion ein weiteres wichtiges Merkmal.

Aber Grenzen können auch etwas anderes sein: eine Art Trennlinie, sowohl physisch als auch emotional, mental und sozial. Das erweitert den Blickwinkel! Was gibt es alles für Lebensbedingungen, die dem alltäglichen Unterwegssein Grenzen setzen, Begrenzungen und Trennlinien sind! „Meine“ Rentner hatten da eine Menge zu erzählen, ich konnte nur staunen! Ich selbst habe zudem bisher Einiges erlebt und solche Trennlinien kennengelernt.

Nur sind solche Trennlinien selten gern gesehen, sie werden als Einschränkungen wahrgenommen und erzeugen Widerstand. Das kann manchmal hilfreich sein, sich nicht gleich damit abzufinden. Oftmals bindet dies jedoch Energie, raubt Lebensfreude und -qualität. Wie wichtig, dass ich jemanden kenne, der mir hilft, damit wirklich gut umzugehen! Dann kann ich mit den Grenzen und Trennlinien versuchen auszukommen und sie annehmen: mit ihnen Frieden machen.

Der HERR schaffe uns allen reichlich Frieden mit unseren Grenzen, wie verschieden sie auch sein mögen.

Viel Segen wünscht

Matthias Ludwig

* Christusträger Bruderschaft e.V. im Kloster Triefenstein, <https://christustraeger.org/>

** Christusträger-Schwesternschaft e.V., <https://www.christustraeger-schwestern.de/>

Grafik: Flyer © Kloster Triefenstein – mit freundlicher Erlaubnis