

WAS JUGENDLICHE BRAUCHEN

*Was stimuliert im dritten Jahrsiebt die volle Ausreifung des Stoffwechselgliedmaßensystems?
Gibt es einen Leitgedanken für zwischenmenschliche Beziehungen?*

Aufrichtigkeit und Eigenständigkeit

Stellen Sie sich einen fünfzehnjährigen Adoleszenten in der Schule vor, am Montagmorgen, der in seinem Stuhl hängt und den Unterricht über sich ergehen lässt. Plötzlich sagt der Lehrer etwas, was den Jugendlichen interessiert – dann passiert Folgendes: Er rutscht am Stuhl hoch, zieht seine Beine an, richtet sich auf.

Wir haben im Deutschen das Wort „Aufrichtigkeit“. Wenn jemand vertikal und authentisch denkt und auch sagt und tut, was er denkt – soweit das irgend möglich ist – nennen wir das „Aufrichtigkeit“. Am Beispiel des Schülers kann man sehen, inwiefern diese Sprachweisheit einen physiologischen Vorgang abbildet: Zum eigenständigen Denken muss der Mensch sich aufrichten und das erfordert Muskelarbeit. Bewusstsein zeigt sich durch die Haltung, sie gehen Hand in Hand.

Der mittelalterliche Mystiker Meister Eckhart sagte: *„Wär ich ein König und wüsste es nicht, ich wäre kein König.“*

Hätte ich ein wundervolles Menschen-Ich und keinen Leib, durch den ich mir meine Kompetenzen bewusst machen könnte, wüsste ich nicht, wer ich bin. Der Sinn einer Erden-Inkarnation liegt darin, schrittweise ein möglichst umfassendes Bewusstsein der eigenen Menschenwürde und des eigenen Menschentums zu erlangen und sie auch anderen zuzusprechen.

Drei Inkarnations-Typen

Wenn man in einer Fußgängerzone sitzt und Jugendliche beobachtet, wie sie gehen, kann man drei verschiedene Typen sehen: Zwei davon sind gefährdet drogenabhängig zu werden oder sind es bereits.

- Es gibt die exkarnierten Jugendlichen, die traumatisiert sind, und keine Möglichkeit hatten, sich wirklich gut zu verkörpern, die nicht ganz „da“ sind. Ihre Gedanken sind draußen, sind nicht individualisiert. Sie selbst werden von Stimmungen und Trieben geleitet. Was sie tun, bleibt unverbindlich.
- Dann gibt es diejenigen, die zu tief drin stecken in ihrem Körper, die überhaupt keine Möglichkeit hatten, sich spirituell zu verankern, sich im Denken als spirituelles Wesen zu erfassen. Ganz in sich drinzustecken macht rücksichtslos.
- Zuletzt gibt es den Jugendlichen, der nie angesprochen wird von einem Dealer. Er wirkt zentriert und geht zielorientiert: Man sieht förmlich den Gedanken, der ihn aufrichtet und in Bewegung setzt, der sich durch die Muskeln hindurch realisieren will.

Dem Jugendlichen helfen, er selbst zu sein

Unsere Aufgabe ist es nun, Jugendlichen bei ihrer Inkarnation zu helfen, ihnen die Möglichkeiten zu geben, ein Bewusstsein ihres Menschentums zu erlangen, das über die auf den Leib

beschränkten Kompetenzen hinausgeht, das ihnen ermöglicht, zwischen Himmel und Erde zu atmen, ganz bei sich und auch ganz „draußen“ zu sein.

Wir sind grundsätzlich aufgerufen, ein Bewusstsein für die Dimension der Autonomie, Authentizität und Freiheit eines anderen zu entwickeln, egal, ob dieser andere unser Partner, unser Kind oder einfach ein Mitmensch ist. Auch wenn der Weg oder das Verhalten eines anderen uns Sorgen macht oder sogar Schmerzen bereitet, ist es doch wertvoll und wichtig, ihn in seinen Intentionen zu unterstützen und ihm die Möglichkeit zu geben, sich zu entwickeln.

Aus dem Ringen darum, einem anderen zu helfen, er selbst zu werden und sein Leben führen zu lernen, kann eine tiefere Freude erwachsen, als wenn man selbst bekommt, was man braucht.

Vgl. Vortrag „Gesundheit und Lebensfreude im Alltag“, 25.11.2007