

## Meine jetzige Lebensphase optimal nutzen.

*Bis in euer Greisenalter bin ich es, der euch trägt. Bis ihr alt und grau geworden seid, schleppe ich euch. Ich habe es bisher getan und werde es auch künftig tun. Ich selbst belade mich und werde euch retten.*

*Jesaja 46,4*

Phase	ca. Alter	Herausforderung
<b>Der junge Mensch</b>	<b>18 - 30</b>	Grenzen müssen ausprobiert werden können. Mut zu sich selbst.
- Krise durch die Erfahrung, dass nicht alles möglich ist (Knoten)	<b>25 - 35</b>	Einsicht: ich habe nicht alles unter Kontrolle. Aber ich kann etwas hinzugewinnen.
<b>Der mündige Mensch</b>	<b>30 - 40</b>	Werte wie Zuverlässigkeit und Verantwortung werden wichtig
- Krise durch die Erfahrung der Grenze	<b>35 - 50</b>	Das Leben und sich selbst bejahen lernen, mit allen Begrenzungen und Möglichkeiten.
<b>Der ernüchterte Mensch</b>	<b>45 - 60</b>	Setzt Impulse, die voranbringen, stützt und hilft.
- Krise der Loslösung	<b>55 - 60</b>	Fühlbare Vergänglichkeit, weniger intensive Erfahrungen, Werte werden immer wichtiger.
<b>Der weise Mensch</b>	<b>55 - 75 +</b>	Der Weise macht nicht selbst, er «strahlt» aus. Das Diesseitige verliert und das Jenseitige gewinnt an Wichtigkeit.
- Krise der Werte	<b>70 +</b>	Annahme dessen, was ist. Völlige Hingabe lernen.

### Fragen für die Kleingruppen:

1. In was für Lebensphasen habe ich das Leben bisher eingeteilt?
2. Was würde ich einem Menschen sagen, der in einer Lebensphase vor meiner lebt, was er in meiner Lebensphase wahrscheinlich erleben wird?
3. Was würde ich diesem Menschen raten, wie er sich auf die kommende Lebensphase vorbereiten kann?
4. Erzählt einander, wie ihr je eine Lebensphase erlebt habt und was ihr daraus gelernt habt? (Erfolge und Misserfolge)