

Die Spiegelungsachse am 42. Geburtstag

Eine zweite Diagonale des Quadrats bildet diese Spiegelung ab.
Sie bietet älteren Menschen Denkanstöße an.

Es spiegelt sich die Entwicklung des geistigen Wachstums an der
Entwicklung des seelischen Wachstums

Das 7. Jahrsiebt spiegelt sich am 6. Jahrsiebt. Das 48. Jahr am 35. Jahr
Das 8. Jahrsiebt spiegelt sich am 5. Jahrsiebt. Das 55. Jahr am 28. Jahr
Das 9. Jahrsiebt spiegelt sich am 4. Jahrsiebt. Das 62. Jahr am 21. Jahr

21 – 42 Jahre: Seelisches Wachstum

Tabelle 18

	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	
20	4. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt							6. Jahrsiebt						42		
19																				43		
18																				44		
17																				45		
16	3. Jahrsiebt						7. Jahrsiebt							46								
15														47								
14														48								
13														49								
12	2. Jahrsiebt						8. Jahrsiebt							50								
11														51								
10														52								
9														53								
8	1. Jahrsiebt						9. Jahrsiebt							54								
7														55								
6														56								
5														57								
4	12. Jahrsiebt						11. Jahrsiebt							10. Jahrsiebt						58		
3																				59		
2																				60		
1																				61		
0	62																					
	83	82	81	80	79	78	77	76	75	74	73	72	71	70	69	68	67	66	65	64	63	

42 - 63 Jahre,
geistige
Entwicklung

Die nachfolgende Tabelle macht dies übersichtlicher:

Spiegelungsachse am 42. Geburtstag. Entsprechungen der Ereignisse

Tabelle 19

Seelische u. körperliche Entwicklung	Jahr	Alter	Alter	Jahr	Geistige Entwicklung
		41	42		
		40	43		
		39	44		
6. Jahrsiebt		38	45		7. Jahrsiebt
		37	46		
		36	47		
		35	48		
		34	49		
		33	50		
		32	51		
5. Jahrsiebt		31	52		8. Jahrsiebt
		30	53		
		29	54		
		28	55		
		27	56		
		26	57		
		25	58		
4. Jahrsiebt		24	59		9. Jahrsiebt
		23	60		
		22	61		
		21	62		
		20	63		
		19	64		
		18	65		
3. Jahrsiebt		17	66		10. Jahrsiebt
		16	67		
		15	68		
		14	69		
		13	70		
		12	71		
		11	72		
2. Jahrsiebt		10	73		11. Jahrsiebt
		9	74		
		8	75		
		7	76		
		6	77		
		5	78		
		4	79		
1. Jahrsiebt		3	80		12. Jahrsiebt
		2	81		
		1	82		
Geburtsjahr eintragen >		0	83		

Dir Lebensereignisse mit sachlichem Abstand betrachten und auf beiden Seiten eintragen. Wieder geht es darum, rückblickend wahrzunehmen, wie sich die Ereignisse der Vergangenheit (linke Seite), auch negative, positiv gestaltend auf die rechte Seite ausgewirkt haben.

Die geistige Entwicklung von **42 – 62 Jahren** spiegelt sich
An der seelischen Entfaltung (**41. – 21. Jahre**).

Die geistige Entwicklung von **63 – 83 Jahren** spiegelt sich
am körperlichen Erleben (**20. Jahr bis zur Geburt**).

**Bei der Spiegelungsachse am 42. Geburtstag spiegelt sich
das 12. Jahrsiebt (77 – 83 Jahre)
am 1. Jahrsiebt (6. Jahr bis zur Geburt).**

Dies ist zunächst verwirrend. Wir können das – mit etwas Humor –
am ehesten verstehen:

Das Leben mit **80 Jahren** kann im positiven wie im negativen an den
Kindergarten erinnern. „Wenn ihr nicht werdet wie die Kinder“ kann
bedeuten, dass unser geistiges Urvertrauen zurückkehrt, dass wir uns
immer mehr dem geistigen Bereich angehörig fühlen. Es kann aber
auch den kindergartenartigen, bevormundeten Lebensabend im
schlecht geführten Altenheim beschreiben. (Ich hoffe, dass es bald-
möglichst menschenfreundlichere Konzepte gibt in Würde alt zu wer-
den). Mehr darüber kann ich authentisch nicht berichten, da ich erst 61
Jahre alt bin. (Weiterführend ist das Buch von Volker Fintelman:
„Alterssprechstunde. Ein Ratgeber für den Umgang mit dem Alter“.
Stuttgart 1991)

Natürlich hat der Tod (symbolisch mit dem **84. Geburtstag**) seine
Spiegelung in der Geburt. Er ist die Grundlage dafür, das wir geboren
und wiedergeboren werden können. Er ist eine Befreiung aus dem
körperverhafteten Leben ins geistige Leben, wie die Geburt eine Be-
freiung aus dem geistigen ins körperliche Leben hinein ist. Das kann
zwar nicht naturwissenschaftlich bewiesen werden, geht aber auch aus
dem geisteswissenschaftlichen Gesamtwerk Rudolf Steiners hervor,
dem diese Spiegelungsachsen zugrunde liegen. Das muss nicht bedeu-
ten, dass diese Spiegelungen wie maschinell der materiellen Wahrheit
entsprechen, aber erfahrungsgemäß lässt sich auf der symbolischen
Ebene gut damit arbeiten. Das genügt mir als Praktiker.

**Bei der Spiegelungsachse am 42. Geburtstag spiegelt sich
das 7. Jahrsiebt (42 – 48 J.)
am 6. Jahrsiebt (41 – 35 J.)**

Der 42. Geburtstag ist ein Wendepunkt.

In der Symbolik des Quadrates geht es jetzt abwärts auf der körperli-
chen Ebene: Man braucht eine Brille, wechselt im Fußball zur Senio-
renmannschaft.

Was mir zwischen **35 - 41 Jahren** noch leicht zufiel, muss ich mir jetzt zwischen **42 - 48 Jahren** geistig erkämpfen, bei nachlassender körperlicher und seelischer Belastbarkeit.

Was ich mir an innerer Stabilität zwischen **35 - 41 J.** erarbeitet habe, hilft mir jetzt, zwischen **42 - 48 Jahren**, die Zweifel an meinen Lebenszielen durchzuarbeiten.

- Ist meine Arbeit im Beruf noch mir entsprechend?
- Traue ich mich, noch etwas Neues anzufangen?
- Kann ich abgeben, delegieren?
- Halte ich die Arbeit bis zur Rente durch?
- Stimmt meine Partnerbeziehung noch?
- Suche ich mir nur jüngere Partner, Partnerinnen um meinen Alterungsprozess nicht wahr haben zu wollen?
- Oder ist es möglich, meine bewährte Partnerschaft auf einer andere Ebene zu gestalten?

Das nennt man Midlifecrisis oder kabarettistisch „Midlifegreisis“, kurz: Probleme.

Auswege zeigen sich meist nicht im materiellen Bereich. Es geht nicht nur um noch mehr Gehalt, nicht nur um höhere Posten, wenn das künftige berufliche Angebot nicht mehr geistige Freiheit und Selbstverwirklichung verspricht. Es geht eher um Beziehungen, auch in der Arbeit und um sinnvolle Freizeit als Gegenpol zu oft entseelter Arbeit:

- Wie kann ich mehr Zeit in meiner Partnerschaft verbringen?
- Kann ich wieder im Chor mitsingen?
- Welches Hobbys habe ich nach und nach aufgegeben, welche sollte ich wieder neu beleben?
- Wo finde ich Sinn außerhalb der Arbeit?
- Hat Kunst, Kultur, Musik, Natur und Spiritualität Platz in meinem Leben?
- Welche Freundschaften rauben mir Energie?
- Welche Freundschaften sind es wert, erneuert zu werden?

Bei der Spiegelungsachse am 42. Geburtstag spiegelt sich

die geistige Entwicklung des **8. Jahrsiebts (49 – 55 J.)**

an der seelischen Entfaltung des **5. Jahrsiebt (34 – 28 J.)**

Beides sind Meisterjahrsiebte!

Mit **49 – 55 J.:** Mich mit meinem ganzen Geist in die Welt stellen.

Mit **28 – 34 J.:** Mich mit meinem ganzen Herzen in die Welt stellen.

In das 5. Jahrzehnt (28 - 35 J.) fällt unsere deutlichste Verwirklichung auf der materiellen Ebene. Mit **29 – 30 J.** mache ich zwar meist eine Krise durch, ein erneutes Erwachsenwerden; der Rest der Bindung an die Jugend und des Elternhauses wird abgestreift. Doch im gesamten **5. Jahrzehnt** steht meine Handlungs- und Entscheidungsfähigkeit im Mittelpunkt. Es folgen Höhepunkte der beruflichen Karriere und des seelischen Lebens der Familiengründung, das Erlebnis eigener Kinder oder erweiterte familiäre Inhalte des Berufslebens, „man ist mit der Firma verheiratet“ oder ist in Vereinen aktiv.

Die Lebensenergie ist sonnig, „es fließt alles“.

Große Leistungen gelingen, fallen leicht.

Wenn man im 8. Jahrzehnt (49 – 55 J.) immer noch mit dem Elan des **5. Jahrzehnts (28 - 35 J.)** arbeiten und leben will, folgt darauf oft ein Ausgebrannt-Sein, das sich mit den psychiatrischen Begriffen **Burn out** oder **Depression** beschreiben lässt.

Die Ausnahme von der Regel sind Frauen, die im **5. Jahrzehnt** ihre Kinder großgezogen haben und sich jetzt erst im **8. Jahrzehnt** beruflich verwirklichen wollen und können. Sie dürfen sich jetzt in den Karrierestress werfen und genießen das sogar zum Teil. Zurecht! Ich empfehle nur meist eine Eheberatung, damit der Ehemann eine Chance bekommt, das zu verstehen, denn normalerweise bringt das sein Weltbild durcheinander.

Die klassische Biografiearbeit ist eher am männlichen Lebenslauf ausgerichtet. Bösehaftig gesagt hatten damals Frauen keine selbstgestalteten Lebensläufe. Genau gesehen haben Frauen das auch heute meist nicht, oft kopieren sie männliche Lebensläufe anstelle weibliche Lebensläufe zu erfinden. Trotzdem stellen die Erfahrung der Frau bei der Geburt eines Kindes ein tiefgreifendes Erlebnis dar, die dem Karriereprung des Mannes um nichts nachstehen. Die gesellschaftliche Wertung gilt aber immer noch mehr der Karriere, egal ob Mann oder Frau.

Die Aufgabe des 8. Jahrzehnts ist nicht rackern und alles selbst machen bis zum umfallen, sondern Meisterschaft:

- Ich weiß, was ich kann
- Ich weiß, was ich bis jetzt alles geleistet habe
- Ich brauche mich nicht mehr durch meine Erfolge bestätigen
- Ich darf jetzt, als Meister, andere von mir lernen lassen
- Ich darf Aufgaben delegieren, voll verantwortlich an andere Kollegen abgeben, die daran wachsen können

- Natürlich macht der Geselle mehr Fehler als ein Meister – aber ein guter Meister weiß das, toleriert es, lässt den anderen an den Fehlern lernen und hilft erst, wenn er um Rat gefragt wird.

Bedeutet das **5. Jahrsiebt** das voll Hineinspringen in die Arbeit und ins Leben, ist das **8. Jahrsiebt** die übergeordnete Sichtweise:

- Überblick behalten, Größere Zusammenhänge erkennen
- Gutes Arbeitsklima herstellen, Weitergeben von Wissen
- Förderung der Mitarbeiter und der Familie.

Die Erfolge des **5. Jahrsiebts**, des **Aufbaus**, spiegeln sich im **8. Jahrsiebt** im konstruktiven **Abbau**, im Loslassen können. Nicht mehr der Erfolg ist vorrangig, sondern der Sinn.

Mit dem **Ersetzen älterer Führungskräfte des 8. Jahrsiebts durch „junge, dynamische“**, die dem **5. Jahrsiebt** angehören verschwindet der Sinn der Arbeit, der Überblick, die langjährige Erfahrung, das geistige, mitmenschliche und soziale Kapital der Firma. Dies kann durchaus zum Zusammenbruch der Firma führen.

Bei der Spiegelungsachse am 42. Geburtstag spiegelt sich das 9. Jahrsiebt (56 - 62 J.)

am 4. Jahrsiebt (27 – 21 J.)

Zwischen 21 und 27 Jahren gehe ich immer weiter **in die Welt hinein** wie im Kinderlied:

*„Hänschen klein, geht allein, in die weite Welt hinein,
Stock und Hut steht ihm gut, ist gar wohlgenut!*

Aber Mama weinet sehr, hat ja nun kein Hänschen mehr!

Da besinnt sich das Kind, kehrt zurück geschwind!“

Sigmund Freud würde sich bei diesem Text im Grabe rundrehen!

Mit dem **28. Geburtstag** überschreite ich eine wichtige Grenze, kehre nicht mehr zur Mutter zurück, lasse die Vergangenheit hinter mir und plane die Zukunft anders, als es Mutter vorgesehen hat.

Zwischen 56 – 62 Jahren gehe ich wieder langsam **aus der Welt heraus**, zumindest aus der beruflichen. Darin drückt sich eine Spiegelung aus. Ich muss jetzt nicht noch eine Karrierestufe mehr machen.

Zwischen **21 – 27 Jahren** gebe ich viele freundschaftliche Verbindungen aus der Jugend auf. Mit **56 – 62 Jahren** muss ich neue Freundschaften aufbauen, die auch im Alter tragen. Wenn Mama noch lebt, gehe ich vielleicht zu ihr zurück, was gut durchdacht sein sollte.

Vergleicht man die stattgefundenen Ereignisse der linken, aufbauenden Seite mit denen der rechten, abbauenden Seite kommen oft hilferei-

che Gedanken und Einsichten.

Ich konnte mit **55, 56 Jahren** sagen: Ich habe genug geleistet in der Welt, ich mache jetzt noch das, was mir im Beruf Freude macht. Jetzt mit 61 Jahren arbeite ich neben meinem Beruf so viel wie möglich an diesen Seminaren, die Biografiearbeit und astrologische Lebensberatung zum Inhalt haben. Sobald ich es mir finanziell leisten kann, werde ich halbtags arbeiten. Und auch wenn meine Mutter noch leben würde, könnte ich es nicht aushalten mit ihr zusammenzuleben.

Mit dem 63. Geburtstag überschreiten wir die Grenze zum Rentenalter, zumindest symbolisch. Jetzt müssen wir unserer Zukunft im Alter planen, möglichst vorher schon.

Es ist mit den Spiegelungen wie bei einem Kaleidoskop: Immer ergeben sich neue Zusammenhänge, neue Erkenntnisse der Lebensbetrachtung. Nun kann man einwenden, diese Spiegelungen seien willkürlich. Das dürfen sie sogar sein! Obwohl viele Erfahrungswerte für die bisher angegebenen Spiegelungen sprechen.

Aber letztendlich spiegelt sich doch jedes Lebensjahr in jedem vorangegangenen! Wir sind so wie wir heute sind, weil wir die Geburt, den 7. Geburtstag, den 14. und 21. Geburtstag erlebt haben, jedes Lebensjahr erlebt haben, jeden Tag erlebt haben und alles hat zu unserem heutigen Bewusstsein beigetragen. So ist jede Arbeit an Spiegelungen, jede Reflexion der Vergangenheit Bewusstseinsarbeit. Oft können wir alte Bewertungen unserer Vergangenheit aufheben, vieles in einem neuen Licht von Sinn und Zusammenhang sehen.

Die Spiegelung zwischen dem 63. - 84. Lebensjahr mit dem 20. Jahr bis zur Geburt.

Man kann sie vornehmen wie in der vorigen Tabelle 17.

Ob das Sinn macht, kann ich mangels entsprechenden Alters noch nicht nachprüfen. Der Satz, der im Alter oft auftaucht:

„Das Wichtigste ist die Gesundheit!“ hat eine Entsprechung zu den ersten drei Jahrsieften. Dort wurde die Grundlage zur Gesundheit im Alter gelegt. Die umgekehrte Spiegelung ist: **Wer nimmt denn in der Jugend die Gesundheit wichtig?**

Spiegelungsachse am 42. Geburtstag. Entsprechungen der Ereignisse Autobiografisch

Tabelle 20

Ereignisse der Jahre eintragen	Jahr	Alter	Alter	Jahr	Ereignisse der Jahre eintragen
Krise in Partnerschaft und Arbeit		41	42		Neubeginn einer Partnerschaft und Arbeit
		40	43		
		39	44		
6. Jahrsiebt		38	45		7. Jahrsiebt
Auswanderungsversuch nach Brasilien		37	46		Neuorientierung zum Heilpraktiker
		36	47		
		35	48		
		34	49		
		33	50		
		32	51		
5. Jahrsiebt		31	52		8. Jahrsiebt
		30	53		
Leitung einer Jugendberatungsstelle		29	54		
Erste Arbeit in der Erziehungsberatung		28	55		Sozialtherapeut in der Psychosomatik
Ende des Studiums: Diplomsozialpädagoge		27	56		Freiheit in der beruflichen Entfaltung
		26	57		
		25	58		
4. Jahrsiebt		24	59		9. Jahrsiebt
		23	60		
Volle seelische Präsenz als Ausbilder		22	61		Volle geistige Präsenz als Seminarleiter
Volle Belastung. Entwicklungsdienst		21	62		Entlastung, Loslassen, Rente planen
Trennung vom bisherigen Leben		20	63		Neuanfang? Muss ich abwarten. Bin erst 61 J.
Harte körperliche Arbeit als Schreinerlehrling		19	64		Geistige Arbeit? Voraussagen sind unzulässig!
		18	65		
3. Jahrsiebt		17	66		10. Jahrsiebt
		16	67		
		15	68		
		14	69		
		13	70		
		12	71		
		11	72		
2. Jahrsiebt		10	73		11. Jahrsiebt
		9	74		
		8	75		
		7	76		
		6	77		
		5	78		
		4	79		
1. Jahrsiebt		3	80		12. Jahrsiebt
		2	81		
		1	82		
Geburtsjahr eintragen >		0	83		

Die 7-Jahres-Zyklen (dunkelblau) geben Lebensrhythmen, Lebensthemen vor.
Es sind nicht genau 7 Jahre, die Grenzen verwischen mit zunehmendem Alter.

Saturnzyklus hat 29,5 Jahre. Seine Viertel sind ungenauer. Thema Erwachsenwerden mit: 5 - 8 J., 12 - 15 J., 20 - 22 J., 28 - 29,5 J., 35 - 38 J., 42 - 45 J., 50 - 52 J., 57 - 59 J., 64 - 66 J., 71 - 74 J., 79 - 81 J., 86 - 88 Jahre.

Der Mondknotenzyklus, 18,6 J. (gelb) ist gut spürbar, oft auch seine Hälften (9,3 Jahre).

Thema: Die Sinnfrage des Lebens mit: 9,3 J., 18,6 J., 27,9 J., 37,2 J., 46,5 J., 55,9 J., 65,3 J., 74,5 J., 83,8 J.

Spiegelungsachse am 42. Geburtstag. Entsprechungen der Ereignisse

Häufige Entsprechungen der Ereignisse

Tabelle 21

Ereignisse der Jahre eintragen	Jahr	Alter	Alter	Jahr	Ereignisse der Jahre eintragen
Aus der bekannten Welt hinausgehen 6. Jahrsiebt		41	42		Verlust der bisherigen Unterstützung. Oft auch wieder Verlust der Familie, Scheidung. Kämpfen um die Karriere Falsche Sehnsucht nach Jugendlichkeit 7. Jahrsiebt Materielle Einseitigkeit. Suche nach neuen sozialen und geistigen Lebensinhalten
Neue Orientierung suchen		30	43		
Den Weg überdenken		39	44		
Erste Zweifel an der Leistung		38	45		
		37	46		
		36	47		
Einen Weg einschlagen, Karriere 5. Jahrsiebt		34	49		Beginn der Meisterjahre, Verwirklichung eigener Ideale Loslassen lernen und können. 8. Jahrsiebt Interesse für das Gemeinwohl. Sexualität wird unwichtiger Verlust der Fortpflanzungsfähigkeit
Volle Leistung bringen		33	50		
Die eigene Kraft erproben		32	51		
Eigene Familie gründen		31	52		
In die Welt hineingehen		30	53		
		29	54		
Aus dem Schutz und der Förderung der Familie hinausgehen 4. Jahrsiebt		27	56		Übergang ins reifere Alter Verlust körperlicher Kondition Freiheit als Erwachsener: Ich kann tun, was ich will 9. Jahrsiebt Verantwortung habe ich selbst. Geistiges Wachstum. Austritt aus dem Arbeitsleben
Die eigenen Ideale entfalten		26	57		
Förderung erhalten von der Familie und von Freunden		25	58		
		24	59		
		23	60		
		22	61		
Beginn des Erwachsenwerdens Entdeckung eigener Ideale 3. Jahrsiebt		20	63		Verlust der Arbeitskollegen, des Alltags am Arbeitsplatz, der beruflichen Anerkennung, der beruflichen Identität. „Ich bin Rentner!“ 10. Jahrsiebt Was will ich vor meinem Tod noch getan haben? In die geistige Welt hineingehen.
Entdeckung der Sexualität		19	64		
Beginn der Fortpflanzungsfähigkeit		18	65		
		17	66		
		16	67		
		15	68		
Übergang in die Pubertät, Verlust der Kindheit. Freiheit in der Kindheit. Ich kann tun, was ich will 2. Jahrsiebt		13	70		Habe keine Erfahrungswerte mangels entsprechenden Alters 11. Jahrsiebt
Verantwortung haben die Erwachsenen.		12	71		
Körperliches Wachstum		11	72		
Eintritt ins „Arbeitsleben“ Schule		10	73		
		9	74		
		8	75		
Verlust der Kindergartenfreunde, der Geborgenheit in der Familie „Ich bin im Kindergarten!“ 1. Jahrsiebt		6	77		12. Jahrsiebt
Nachahmung		5	78		
In die Materielle Welt hineingehen		4	79		
Geburt.		3	80		
		2	81		
		1	82		
		0	83		

Die 7-Jahres-Zyklen (dunkelblau) geben Lebensrhythmen, Lebensthemen vor. Es sind nicht genau 7 Jahre, die Grenzen verwischen mit zunehmendem Alter.

Saturnzyklus hat 29,5 Jahre. Seine Viertel sind ungenauer. Thema Erwachsenwerden mit: 5 - 8 J., 12 - 15 J., 20 - 22 J., 28 - 29,5 J., 35 - 38 J., 42 - 45 J., 50 - 52 J., 57 - 59 J., 64 - 66 J., 71 - 74 J., 79 - 81 J., 86 - 88 Jahre.

Der Mondknotenzyklus, 18,6 J. (gelb) ist gut spürbar, oft auch seine Hälften (9,3 Jahre).

Thema: Die Sinnfrage des Lebens mit: 9,3 J., 18,6 J., 27,9 J., 37,2 J., 46,5 J., 55,9 J., 65,3 J., 74,5 J., 83,8 J.