

## Das 7. Jahrsiebt (42 – 48 Jahre)

*„Der moderne Mensch wird in einem Tätigkeitstaumel gehalten, damit er nicht zum Nachdenken über den Sinn des Lebens und der Welt kommt.“*

Albert Schweitzer

		Die Spiegelungsachse mit	21 J.	31,5 J.	35 J.	42 J.
Alter	Jahr	hat mögliche Entsprechungen zum Lebensalter mit				
37		<b>Neue Orientierung. Suche nach sinnvollen Zielen.</b>	4 J.	25 J.	32 J.	46 J.
38		<b>6. Jahrsiebt, Sonne. Ich werde mir bewusst.</b>	3 J.	24 J.	31 J.	45 J.
39		Neues Lernen. Zusatzqualifikationen erwerben.	2 J.	23 J.	30 J.	44 J.
40		Suche nach neuen beruflichen Verwirklichungen. Berufswechsel.	1 J.	22 J.	29 J.	43 J.
41		<b>Aus der bekannten beruflichen u. sozialen Welt hinausgehen.</b>	0 J.	21 J.	28 J.	42 J.
42		<b>Verlust der Unterstützung der Familie, eventuell Scheidung.</b>		20 J.	27 J.	41 J.
43		Kämpfen um neue Karriereziele, diesmal viel schwerer.		19 J.	26 J.	40 J.
44		<b>Das Leben fließt zäh. Nichts ergibt sich von selbst.</b>		18 J.	25 J.	39 J.
45		<b>7. Jahrsiebt, Mars. Ich kämpfe um meine geistige Geburt.</b>		17 J.	24 J.	38 J.
46		<b>Suche nach neuen sozialen und geistigen Lebensinhalten.</b>		16 J.	23 J.	37 J.
47		Gesundheitliche Einschränkungen, die Kondition lässt nach..		15 J.	22 J.	36 J.
48		<b>Materielle Einseitigkeit. Sehnsucht nach Jugendlichkeit.</b>		14 J.	21 J.	35 J.
49		<b>Beginn der Meisterjahre. Loslassen lernen und können.</b>		13 J.	20 J.	34 J.
50		Verwirklichung eigener Ideale. Großelternschaft genießen.		12 J.	19 J.	33 J.
51		Leicht Loslassen ist schwer. Man muss es lernen!		11 J.	18 J.	32 J.
52		<b>8. Jahrsiebt, Jupiter. Ich gebe Wissen weiter.</b>		10 J.	17 J.	31 J.
<b>Die 7-Jahres-Zyklen (dunkelblau) geben Lebensrhythmen, Lebensthemen vor. Ende des Jahrsiebts: Abschluss und Umbruch, Vorahnung und unbewusste Wahrnehmung des neuen Lebensthemas.</b>						
<b>Neubeginn eines Sieben-Jahres-Themas, das im Vorjahr vorbereitet wurde und sich jetzt durchsetzen kann. Oft kommt unerwartet Hilfe und Mut, beides hilfreich zur Bewältigung der Krise des Vorjahres.</b>						
Der Saturnzyklus hat 29,5 J., seine Viertel sind ungenau. 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 Jahre, 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 Jahre						

<b>41 J.</b>	<b>Die 7. Lebensstufe</b>
--------------	---------------------------

Mit dem zuende gehenden **6. Jahrsiebt** verlassen wir die goldenen Jahre der **drei Sonnenjahrsiebte (von 21 - 41 Jahren)**. Es waren vom Wachstum der Seele geprägte Jahre, mit Freud und Leid und Erfahrungen, aber trotz allem mit einer inneren Getragenheit, die wir nur deshalb kaum gespürt haben, weil sie für uns selbstverständlich war. Jetzt erst fällt uns auf, dass irgend etwas fehlt, das wir noch nicht einmal benennen können. Wir überschreiten die Grenze hin zu einem Mars-Jahrsiebt, in dem wir uns behaupten müssen, ohne zufällig Unterstützung irgendwoher zu bekommen. Wir wollen irgendwas Neues!

Dieses Neue ist uns oft nicht bewusst, gibt uns aber ein ungutes Gefühl von bevorstehender Veränderung, die wir zwar anstreben, vor der wir aber trotzdem eine Art Angst haben, weil wir nicht sehen können, was auf uns zukommt. Eher ergibt sich die innere Formulierung:

War das Alles? Soll ich so weitermachen bis ich tot bin?

**Oder will ich etwas ganz anderes beginnen? Ja was denn?**

**42 - 48 J.**

**Themen des 7. Jahrsiebts**

- Zweifel. Lebensziele überprüfen.
- Ureigene Entscheidungen treffen. Das Leben wird härter!
- Probleme mit jugendlicher Kraft lösen ist ein Konzept, das kaum noch tauglich ist, da die Kraft schwindet, die uns früher selbstverständlich war. Hier beginnt die Neigung zur Überforderung.
- Unsere Eltern können uns nicht mehr helfen, weil sie unsere heutige Welt nicht mehr verstehen können und veraltete Konzepte zur Problembewältigung haben. Wir sind allein!
- Wenn ich als Mann im beruflichen Stress stehe, kann mich meine Ehefrau, die mit den Kindern genug zu tun hat, kaum beraten, wie ich mit meiner beruflichen Situation umgehen soll.
- Wenn ich als Frau meine berufliche Karriere zugunsten der Kinder zurückgestellt habe, hat mein gestresster Mann kaum Chancen, „das bisschen Haushalt“ und die Erziehungsprobleme zu verstehen. Sollte ich als Frau jedoch mehr verdienen als der Mann kann es zu Selbstwertproblemen des Mannes kommen. Wie geht es dem Mann von Frau Bundeskanzlerin Merkel?
- Woher sollen alleinerziehende Mütter ihren Selbstwert beziehen? Sie werden durch Politik und Gesellschaft benachteiligt, das Kindergeld wird gekürzt, Kündigungen erleichtert.
- Soll ein kleiner Unternehmer alleinerziehende Mütter einstellen, wenn er Ausfallzeiten der Mütter wegen Krankheit der Kinder bezahlen muss? (Glücklicherweise gibt es noch sozial denkende Arbeitgeber, die mit einem guten Betriebsklima, viel Engagement der Mitarbeiter und wenig Ausfallzeiten belohnt werden).
- Die alten Ideale zerbrechen, neue sind kaum definierbar.
- „Ich will weg aus dieser Situation!“ ist unzureichend.
- Besser ist der Ansatz: „**Wo will ich hin?**“
- Wie will ich Sinn in meinem Leben finden, mich verwirklichen?

- Wie können wir unserer bisherigen Partnerschaft eine gleichwertige finanzielle, soziale und geistige Grundlage geben?
- Warum soll eine neue Partnerschaft anders oder besser sein?
- „Was habe ich der Welt zu sagen?“
- „Was sagt die Welt mir?“
- „Wo muss ich selbst zum Lehrer werden, weil die Welt mich braucht?“ (obige Zitate abgewandelt nach Rudolf Steiner aus den in der Literaturliste angegebenen Büchern).
- Was will ich erreichen? Was sind sinnvolle Lebensziele?
- Wo will ich sein in fünf oder zehn Jahren?
- Kann ich überhaupt die bisherige Art zu arbeiten und zu leben durchhalten bis zum 65. oder 67. Lebensjahr?

<b>44 – 45 J.</b>	<b>Die Hälfte eines Saturn Umlaufs, Saturnopposition</b> Saturn steht nach 42 – 45 J. der Geburtsposition gegenüber
Der Saturnzyklus hat 29,5 J. 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	

Die Saturnopposition findet, je nach individuellem Geburtsjahr, in der Zeit zwischen 41 J. 7 Mon. und 45 J. 2 Mon. statt und dauert 1 - 1 ½ Jahren mit wechselnder Intensität.

In dieser Zeit fühlen wir uns oft wie gelähmt. Es geht nicht so recht weiter, die Dinge kommen nicht ins Fließen! Es sieht ernst aus. Man fühlt sich müde. Midlifecrisis. Vielleicht auch der Zusammenbruch des bisherigen Weltbildes. Dagegen anzukämpfen ist zwar wichtig, aber direkt können wir oft nichts bewirken, nur uns einen Überblick über das Chaos zu verschaffen. Wir können versuchen, alles Alte wegzuräumen, damit wir, wenn sich wieder ein neuer Weg zeigt, frei sind, diese neue Richtung wahrzunehmen und einzuschlagen.

**Autobiografisch:** Mit 45 J. wurde mir meine Arbeit als Klinikleiter absichtlich erschwert, mit 45 ½ J. wurde ich gekündigt. Ich kämpfte verzweifelt gegen den Klinikvorstand und das Arbeitsamt, das vorerst meinem Arbeitgeber Recht gab und mir 3 Monate kein Arbeitslosengeld zahlte. Erst ein halbes Jahr später, nach einem für mich positiven Arbeitsgerichtsurteil, konnte ich mich dann wieder konzentrieren, hatte Zeit, mein Astrologiebuch zu schreiben, was in der nachfolgenden Zeit der Arbeitslosigkeit möglich war.

Dies fällt in das nächste Kapitel der Mondknotenopposition:  
Neue Lebensziele finden.

**46,5 J.**

### **Die 3. Mondknotenopposition**

Der Mondknotenzyklus, 18,5 Jahre (gelb) ist gut spürbar, oft auch seine Hälften (9,3 Jahre).

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

Wie beim ersten Mondknotentransit mit 18 ½ und beim zweiten Transit mit 37 Jahren stellt sich um den 46. Geburtstag die Frage: Wie weit hab ich meine Lebensziele verwirklicht? Die Frage taucht nicht so deutlich auf, bleibt eher im Unbewussten als ein unzufriedenes Gefühl, das sich steigern kann bis zur Depression. Der Sinnfrage des Lebens können wir nicht ausweichen, auch wenn wir sie meist nicht direkt beantworten können. Zielführend ist oft die Frage:

**Welche Kräfte habe ich mit 18 ½, mit 28 und mit 37 Jahren erworben, die mir jetzt helfen können, das Problem aus einer anderen Sicht zu sehen und zu lösen.**

Nochmaliges Überprüfen der Lebensziele. **Was will ich wirklich?**

Völlig neue Lebensziele finden.

Dabei kann eine Biografiearbeitsgruppe helfen, die durchaus auch im privaten Freundeskreis organisiert werden kann. Im Gruppengespräch werden diese vergangenen Zeiten wachgerufen, ohne in irgendeinem Gefühl, Bedauern oder „Jammern“ hängen zu bleiben. Es geht nur um nüchternen Rückblick und um die sachliche Beschreibung der Tatsachen. Darauf sollte streng geachtet werden.

Es geht uns um die Beobachtung, ob das, was damals geholfen hat uns heute auch noch Kraft geben kann oder nicht.

**48 J.**

### **Die 8. Lebensstufe**

Mit dem zuende gehenden 7. Jahrsiebt können wir als Erfahrungswert mitnehmen: wir werden älter!

- Probleme lösen mit jugendlicher Kraft ist nicht mehr angesagt!
- Klammern wir uns an das Materielle und definieren wir unsere Seele über den alternden Körper, dann geht die Seele mit materiellen Vorstellungen dem Tod entgegen, wir werden depressiv.
- Wir sind auf der Suche nach neuen, tragbaren Lebensinhalten.
- Wenn schon eine Partnertrennung sein muss, dann nicht wegen einem jüngeren Partner, der die Illusion stärkt, dass es immer noch mit jugendlichen Lebenskonzepten weitergehen kann.

Spiegelungen erweitern den Blick auf das Thema des Jahrsiebtes durch Gegenüberstellung und Vergleichen mit anderen Jahrsiebten.

Alle Spiegelungen, am 21. Jahr, mit 31 ½ Jahren, am 35. J. und am 42. Jahr sind berechtigt, wie die Erfahrung zeigt. Lebensläufe haben zusätzlich individuelle Spiegelungen, zum Beispiel am 28. Jahr.

Nehmen wir den Mittelpunkt des Lebens mit 31½ J. an, wie *Gudrun Burkard* und *O'Neil*, dann spiegeln wir das 7. mit dem 3. Jahrsiebt.

### Die Spiegelungsachse mit 31,5 Jahren

Bei der Spiegelungsachse mit 31,5 Jahren

spiegelt sich das **geistige** 7. Jahrsiebt (von 42 - 48 Jahren)

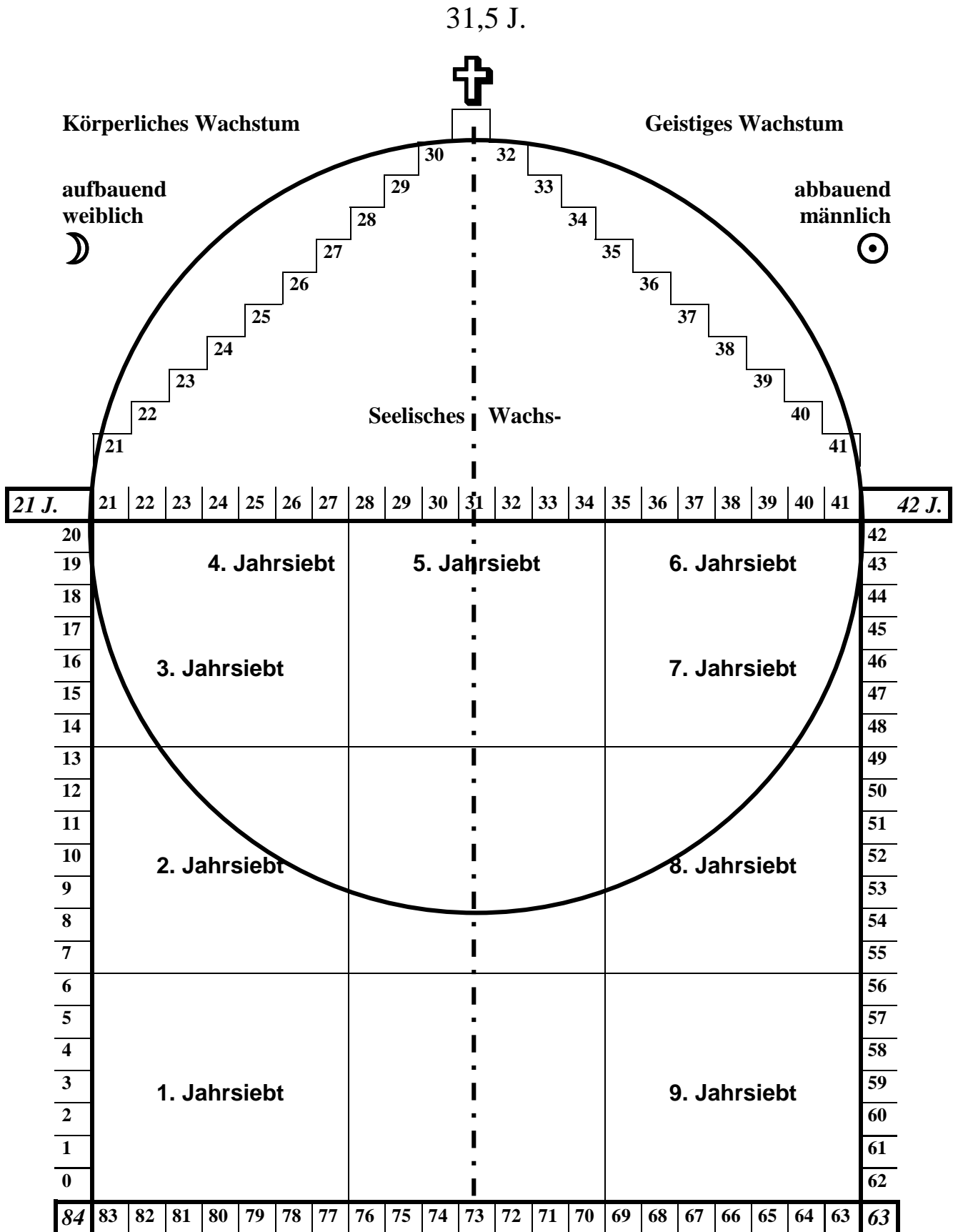
an der **körperlichen** Ebene des 3. Jahrsiebt (von 20 - 14 Jahren)

Spiegelungsachse mit 31,5 J. im siebten Jahrsiebt						
Ereignisse der Jahre eintragen	Jahr	Alter	31,5	Alter	Jahr	Ereignisse der Jahre eintragen
			<b>31</b>			
<b>5. Jahrsiebt. In der Welt schaffen</b>		30		32		<b>5. Jahrsiebt. In der Welt schaffen</b>
Ganz auf sich selbst gestellt sein		29		33		
Mit viel Mut in die neue Welt gehen		28		34		In der Welt stehen. Maximale Leistung,
Verlassen des Elternhauses, allein sein		27		35		Erste Zweifel an der Leistung
		26		36		
Reste der Orientierung an der Familie		25		37		Neue Orientierung
Ringens um Lebensziele		24		38		Ringens um neue Lebensziele
<b>4. Jahrsiebt. In die Welt hinausgehen</b>		23		39		<b>6. Jahrsiebt, Sonne. Ich werde mir bewusst</b>
Schwierigkeiten erwachsen zu sein		22		40		
Erstes Erwachsen werden, Tatkraft		21		41		Aus der bekannten Welt hinausgehen
Verlassen der Jugendzeit		20		42		Mut zu neuen Wegen, Tatkraft
Erste Vorstellungen der Karriere		19		43		Kaum Unterstützung. Kämpfen um Karriere.
Erste Lebensideale, Zukunftsvisionen		18		44		Um alles muss zäh gekämpft werden
<b>3. Jahrsiebt. Gefühlswelten bewältigen</b>		17		45		<b>7. Jahrsiebt. Meine geistige Geburt</b>
Vorbilder aus der Jugend-Clique		16		46		Eigene soziale und geistige Lebensinhalte
Schwermut in der Pubertät		15		47		Ende der Machtkämpfe
Beginn der Machtkämpfe		14		48		Materialismus. Jugendsehnsucht
Verlust der Kindheit		13		49		Die Meisterjahre. Loslassen lernen
Leben nach den Idealen der Eltern		12		50		Verwirklichung eigener Ideale
<b>2. Jahrsiebt. Ich lerne</b>		11		51		<b>8. Jahrsiebt. Ich gebe Wissen weiter</b>
		10		52		Leicht Loslassen ist schwer
Erstes Gefühl von allein sein		9		53		Arbeitskollegen, Freude und Krisen mit ihnen

Die Entsprechungen im gegenüber liegenden Jahrsiebt geben zwar kein genaues Spiegelbild, können aber vom Thema, oft auch von den Ereignissen her, bildlich entsprechen, uns neue Gedanken erschließen, einen neuen Zugang zur jetzigen Situation schaffen.

Auf der **Spiegelungsachse von 31,5 Jahren**  
zeigen sich in den meisten Lebensläufen deutliche Entsprechungen.

Tabelle 10



Häufig haben wir mit **41/42 Jahren** ein Thema oder ein Problem zu bearbeiten oder zu bewältigen das uns schon mit **20/21 Jahren** begegnet ist. Es tritt jetzt, **21 Jahre später**, in anderer Form auf und auf einer anderen Bewusstseinssebene.

Stellt man sich obige Tabelle als eine gotische Kathedrale vor, sind an den Eckpunkten des Daches (bei 21 und bei 42 J.) Wasserspeier in der Gestalt von Drachen angebracht. Drachen entsprechen Mars, dem Kampfeswillen, mit 21 und besonders mit 42 Jahren.

**Mit 21 Jahren** beginnt eine Form der mutigen Lebensbewältigung.

**Mit 42** beginnt auch ein mutiger Kampf: Das Leben wird schwerer.

Das Nachlassen der körperlichen Kräfte hat, kaum spürbar, doch schon begonnen. Der Kampf gegen das Altern, Anti-Aging beginnt. Streben nach ewiger Jugend und Rollerbladen bis ins hohe Alter.

Das Aufbauen der geistigen Kräfte ist ein Lösungsansatz.

Die Lebensmitte mit **31,5 Jahren** anzunehmen ist zwar etwas provozierend, aber hilfreich! Es ist gut sich bewusst zu machen: Ich werde sterben! Was will ich vorher noch tun?

**Von 0 - 21 J.** kommt unser Körper auf die Welt, entwickelt sich.

**Von 21 - 42 J.** reift die Seele.

**Von 42 - 63 J.** soll unser Geist tätig werden (wenn wir es wollen).

**Von 63 - 84 J.** darf sich noch mehr im geistigen Bereich entwickeln.

Das **7. Jahrsiebt** liegt bei einem Lebensmittelpunkt mit **31 ½ Jahren** dem **3. Jahrsiebt** gegenüber.

Welche Themen des **7. Jahrsiebts (42 - 48 J.)**

entsprechen denen des **3. Jahrsiebts (14 - 20 Jahren)?**

**Krisen und Bewältigungsstrategien gibt es in beiden Jahrsiebten:**

- Wie haben wir Krisen im **dritten Jahrsiebt** bewältigt?
- Welche Lösungen habe ich mit **18 ½ Jahren** gefunden? (Daran spiegelt sich die Zeit um mein **44. Jahr**, (das **46. Jahr** hat zusätzlich die Monknotenentsprechung dazu)
- Welche Lösungen haben wir im **3. Jahrsiebt** bevorzugt?
- Waren die Lösungen gut? Kann man sie auf die heutige Zeit sinnvoll übertragen?
- Waren die Lösungsstrategien schlecht? Wiederholen wir jetzt unbewusst im **7. Jahrsiebt** ein Muster, das schon längst nicht mehr taugt, weil es nur in der Jugend sinnvoll war?

**Partnerschaft und Sexualität:**

- Oft steht eine Partnerkrise an, weil die Lebensthemen sich geän-



dert haben. Muss der Partner noch gut aussehend, hübsch, stark, reich, sexy sein oder geht es um andere Themen? Sonst suchen wir wieder einen Partner, der den Pubertätszielen entspricht.

### **Beruf:**

- Müssen wir noch der Klassenbeste sein, die tollste Frau, der Supermann.
- Gibt es andere Lösungen als der Stärkste zu sein? Haben wir schon im **3. Jahrsiebt** auch andere Lösungen gefunden?
- Nützt uns jetzt noch eine Clique oder eine Diskussionsrunde?
- Ist es sinnvoll die frühere Jugendclique durch Partei-, Geschäftsfreunde, Rotary Club Mitgliedschaft, Teilnahme bei den Freimaurern zu ersetzen oder nicht? Es kann richtig und falsch sein.

### **Freizeit:**

- Welches Hobby hat mir damals bei Krisen geholfen?
- Kann ich das jetzt wieder aufnehmen?
- Finde ich ein neues Hobby auf meiner jetzigen Ebene?

### **Persönliche Ereignisse, Begegnungen im 3. Jahrsiebt:**

- Habe ich dazu heute noch einen Bezug?
- Spiegelt sich das jetzt in irgendeiner Form wieder?
- Wiederhole ich unbewusst misslungene Situationen dieser Zeit?
- Wer könnte mir jetzt ein ähnlicher Ratgeber sein?
- Mit wem kann ich das durchsprechen? Wann nehme ich mir ausreichend Zeit dazu, ohne vor den Fragen davonzulaufen?
- Wenn mich etwas aus der Vergangenheit einholt, sollte ich mir das genau ansehen, ob es wichtig sein könnte und bearbeitet werden muss, oder ob ich es wirklich wegschieben darf, ohne später noch größere Probleme damit zu bekommen.

### **Autobiografisch:**

- **Mit 18 ½ Jahren** widersetzte ich mich dem autoritären Druck des Altgesellen meiner Ausbildungsstelle, setzte die Kündigung der Ausbildung durch, um in einer anderen Firma meine Schreinerlehre zuende zu machen.
- Spiegelbildlich **mit 44 Jahren** widersetzte ich mich den autoritären Anweisungen des Klinikvorstandes gegen eine ungerechtfertigte Kündigung einer meiner Mitarbeiterinnen und wurde deshalb etwas später selbst gekündigt.
- Die Kraft zu diesem Schritt, innerlich authentisch zu bleiben, habe ich unter anderem in der **Krise mit 18 ½ Jahren** erworben.



### **Krankheiten oder Unfälle:**

- Wann waren damals Krankheiten, besondere Schicksalsschläge?
- Entspricht der Spiegelungspunkt im **3. Jahrsiebt** meiner heutigen unbegründeten Angst oder tatsächlichen Krankheit? Trifft dies zu, ist allein schon die Bewusstmachung des möglichen Zusammenhangs ein Beitrag zur Gesundung.

### **Spirituelle Entwicklung:**

- Welche spirituellen Erfahrungen hatte ich im **3. Jahrsiebt**.
- Ist davon noch etwas brauchbar, übertragbar auf heute?
- Wie bin ich damals mit Einsamkeit umgegangen, wie heute?
- Gab es damals einen Ort, an dem ich mich erholen konnte?
- Wo kann ich mir heute mir einen ähnlichen Ort schaffen?
- Kann ich meine Tante, die mir damals geholfen hat, heute noch fragen? Oder wer entspricht ihr heute?

### **Positive Ereignisse:**

- Was habe ich im **3. Jahrsiebt** alles geschafft!
- Wie kann mir diese Kraft jetzt neu bewusst machen?
- Wie kann ich die Kraft heute verwenden?

### **Autobiografisch:**

- Mit **20/21 Jahren** habe ich mich von meinem Elternhaus und der gesamten bisherigen Umgebung getrennt, um zwei Jahre nach Casablanca in den Entwicklungsdienst zu gehen und dort im Leprakrankenhaus Ain Chok eine Schreinerei aufzubauen.
- Mit **41/42 Jahren** traf ich den Entschluss, meine 14-jährige Arbeit in München, Wohnung und Freunde aufzugeben, und zu meiner zukünftigen Frau nach Berchtesgaden zu ziehen, um dort eine Reha-Klinik für übergewichtige Jugendliche aufzubauen. (dauerte ebenso 2 Jahre)

Ich würde vorschlagen, mindestens eine Woche oder länger gedanklich bei dieser **Spiegelung mit 31,5 Jahren** zu bleiben, denn die nachfolgende **Spiegelungsmöglichkeit mit 35 Jahren** ist genauso zulässig, spiegelt sich aber an der seelischen Ebene, ein Jahrsiebt danach.

Leicht kommt man deshalb zu dem voreiligen Schluss:

Diese Spiegelung stimmt für mich mehr, die andere weniger.

Das kann zwar tatsächlich auch so sein.

Meist aber scheuen wir uns, nochmals in die seelischen Tiefen zu gehen, die im folgenden Kapitel angeschnitten werden.

**Vorschlag: Eine Woche Pause machen, bevor man weiterliest!**

Legen wir den Mittelpunkt des Lebens auf 35 Jahre, wie *Wais* und andere, spiegeln wir das 7. mit dem 4. Jahrsiebt.

### Die Spiegelungsachse am 35. Geburtstag

Am 35. Geburtstag spiegelt sich das **geistige** 7. Jahrsiebt (42 - 48 J.) an der **seelischen** Ebene am 4. Jahrsiebt (27 - 21 J.)

### 35 J.

<b>5. Jahrsiebt</b>		<b>30</b>	<b>39</b>	<b>6. Jahrsiebt</b>
Erwachsen sein, allein sein		<b>29</b>	<b>40</b>	
Einen ganz individuellen Weg gehen		<b>28</b>	<b>41</b>	Einen neuen Weg suchen
Die Familie ganz verlassen		<b>27</b>	<b>42</b>	Verlust der bisherigen Unterstützung.
		<b>26</b>	<b>43</b>	Oft Verlust der Familie, Scheidung
		<b>25</b>	<b>44</b>	Falsche Sehnsucht n. Jugendlichkeit
<b>4. Jahrsiebt</b>		<b>24</b>	<b>45</b>	<b>7. Jahrsiebt</b>
Förderung von Familie und Freunden		<b>23</b>	<b>46</b>	Suche nach sinnvollen Lebensinhalten
Erste Krise im Erwachsensein		<b>22</b>	<b>47</b>	Kämpfen um die Karriere
Erstes Erwachsenwerden		<b>21</b>	<b>48</b>	Materielle Einseitigkeit
Aus der Jugendzeit herausgehen		<b>20</b>	<b>49</b>	Beginn der Meisterjahre.
<b>3. Jahrsiebt</b>		<b>19</b>	<b>50</b>	<b>8. Jahrsiebt</b>
Die eigenen Ideale entfalten		<b>18</b>	<b>51</b>	
		<b>17</b>	<b>52</b>	Loslassen der alten Orientierungen

**Das 4. Jahrsiebt** ist, zumindest rückblickend gesehen, ein sonniges Jahrsiebt voller Tatendrang und Begeisterung. **Auch dem 5. und 6. Jahrsiebt wird noch das Sonnenhafte zugeordnet, die Entwicklung der inneren Seelenkräfte.** Es fließen uns noch Kräfte zu aus dem unverbrauchten Körper und der optimistischen Seele, trotz aller Krisen, die es natürlich während dieser drei Sonnenjahrsiebte auch gibt.

Mit dem siebten Jahrsiebt hört dieses Fließen der Kräfte auf.

**Das 7. Jahrsiebt wird Mars zugeordnet: Kampf, Durchsetzung.**

Wir spüren die Abwärtsbewegung schon in unserer körperlichen Verfassung und im ersten Nachlassen der Belastbarkeit.

Was wir im **4. Jahrsiebt** an optimistischen Idealen, Unterstützung und Glück erhielten, müssen wir uns jetzt im **7. Jahrsiebt** neu aus eigener Kraft erarbeiten. Dadurch entsteht oft ein Verzweifeln am Sinn des Lebens, eine pessimistische Grundeinstellung. Es ist aber nur ein Verzweifeln an den materiellen Lösungen des Lebens, die nicht mehr tra-

gen, auch wenn unser Haus, unser Partner und unser Auto noch so schön sind.

Es beginnt eine geistige Selbstständigkeit, in der wir uns nicht mehr an Anderen orientieren, sondern aus uns selbst heraus neue Werte finden und weiterentwickeln.

Die Kraft dazu haben wir in der Überwindung der seelischen Krisen zwischen **21 und 27 Jahren** erworben: Wenn ich die Partnerschaftskrisen **des 4. Jahrsiebts** gemeistert, überwunden, überlebt habe, kann ich mir auch zutrauen, das **7. Jahrsiebt** auf einer mir noch unbekanntesten geistigen Ebene zu beginnen, traue ich mich, auf mich allein gestellt zu sein und mich zu verwirklichen.

Im **Übergang zum 8. Jahrsiebt** lernen wir das Loslassen, so wie wir im **Übergang vom 3. zum 4. Jahrsiebt** unsere Pubertät hinter uns gelassen haben. Wenn wir nicht lernen loszulassen ist die Gefahr groß, dass wir wieder pubertär werden - um unsere früheren Erfahrungen wiederholen können ohne neue Erfahrungen machen zu müssen.

Bei einer neuen Partnerschaft kann man zuerst die gewohnte Schallplatte der alten Rolle spielen, bis man wieder an die Grenze kommt, von der die Märchen erzählen, dass man ein altes Königreich verlassen muss, um durch einen tiefen Wald in ein neues Königreich zu gelangen, mit allem was so dazu gehört an Krisen, Gefahren und Erfolgen. Der Held geht den neuen Weg und wird durch seine durchgemachten Krisen König. (vgl. Riemann, Astrologie und Märchen)

Welche Themen des **7. Jahrsiebts von 42 - 49 Jahren** entsprechen den Themen des **4. Jahrsiebts von 21 - 27 Jahren**?

Es sind dieselben Themen wie im vorigen Kapitel der Spiegelung mit der **körperlichen** Ebene des **3. Jahrsiebts**, doch die Spiegelung erfolgt auf der **seelischen** Ebene.

Deshalb können, mit einiger Anstrengung, auch andere Antworten und Lösungen gefunden werden, als beim im **3. Jahrsiebt**.

### **Krisen und Bewältigungsstrategien gibt es in beiden Jahrsiebten:**

- Welche Krisen hatten wir im **4. Jahrsiebt** und wie haben wir sie bewältigt?
- Welche Lösungen haben wir damals gefunden und bevorzugt?
- Waren die Lösungen gut? Kann man diese Lösungsstrategien auf die heutige Zeit sinnvoll übertragen?
- Waren die Lösungsstrategien schlecht und wiederholen wir jetzt

unbewusst im **7. Jahrsiebt** ein Muster, das schon längst nicht mehr taugt, weil es nur in der Zeit des Idealismus sinnvoll war?

### **Partnerschaft und Sexualität:**

- Partnerschaft im Alter zwischen **42 - 48 J.** ist etwas völlig anderes als die Partnerschaft zwischen **21 und 27 Jahren!**
- Weil uns dieser Unterschied kaum bewusst ist, besonders wenn die jetzige Partnerschaft schon im **4. Jahrsiebt** geschlossen wurde, kann daraus eine Ehekrise entstehen, weil die Lebens-themen sich geändert haben.
- Die heile Welt der Traumfamilie ist zusammengebrochen. Es geht mehr um die Alltagsbewältigung:
- Wer bringt die Kinder zur Schule?
- Können wir uns einen Urlaub leisten?
- Können wir uns eine Scheidung leisten?
- Suchen wir eine geistige Partnerschaftsebene?
- Können wir das als „altes Paar“ noch schaffen, eine andere Form der Partnerschaft zu verwirklichen ohne der alten Traumbeziehung nachzutrauern?
- Wenn nicht, suchen wir wieder einen Partner, der den naiven Vorstellungen der heilen Welt des 4. Jahrsiebts entspricht oder werfen dem jetzigen Partner vor, dass er nicht mehr so idealistisch ist wie früher.

### **Autobiografisch:**

- An meinem **27. Geburtstag** verließ mich meine Partnerin, mit der ich seit dem **21. Lebensjahr** die erste große Liebe erlebte. Verzweiflung. Neuanfang. **Mit 42 Jahren (spiegelbildlich dem 27. Jahr gegenüberliegend)** begann ich meine heutige Partnerschaft. Wir sind seit 18 Jahren glücklich verheiratet.

### **Beruf:**

- Müssen wir in der bisherigen Arbeitsstelle bleiben, wenn die Entwicklungschancen minimal sind?
- Haben wir noch die Kraft eines Berufs- oder Arbeitsstellenwechsels? Gibt es andere Lösungen als gut, fleißig, brav zu sein?
- Haben wir im **4. Jahrsiebt** schon andere Lösungen gefunden?
- Nützt es uns jetzt noch mit den Arbeitkollegen Feste zu feiern?

### **Freizeit:**

- Welches Hobby hat mir zwischen **21 und 27 Jahren** bei Krisen geholfen? Kann ich das jetzt wieder aufnehmen?

- Finde ich ein neues Hobby auf meiner jetzigen Ebene?

### **Autobiografisch:**

- Griechischen Volkstanz lernte ich im **4. Jahrsiebt**. Ein Hobby, das ich im **7. Jahrsiebt** wieder aufnahm und heute noch pflege.

### **Persönliche Ereignisse, Begegnungen im 4. Jahrsiebt:**

- Habe ich dazu heute noch einen Bezug?
- Spiegelt sich das jetzt in irgendeiner Form wieder?
- Wiederhole ich unbewusst misslungene Situationen dieser Zeit?
- Suche ich wieder nach idealen „Verliebtheiten“? Würden diese, wenn sie in Erfüllung gingen, der jetzigen Welt standhalten?
- Wer könnte mir jetzt ein ähnlicher Ratgeber sein wie damalige Freunde? Mit wem kann ich das durchsprechen?

### **Krankheiten oder Unfälle:**

- Wann waren damals Krankheiten, besondere Schicksalsschläge?
- Entspricht das Spiegelungsjahr im **4. Jahrsiebt** meiner heutigen unbegründeten Angst oder meiner tatsächlichen Krankheit?
- Wurde ich damals verlassen und habe jetzt wieder Angst davor?
- Wenn ja, dann ist allein schon die Bewusstmachung des möglichen Zusammenhangs ein Beitrag zur Gesundheit.

### **Spirituelle Entwicklung:**

- Welche spirituellen Erfahrungen hatte ich im **4. Jahrsiebt**?
- Ist davon noch etwas brauchbar, übertragbar auf heute?
- Wie bin ich damals mit Einsamkeit umgegangen, wie heute?
- Gibt es einen Ort aus der Zeit, an dem ich mich erholen konnte?
- Wo kann ich heute mir einen ähnlichen Ort schaffen?
- Kann ich meinen elterlichen Freund, der mir damals geholfen hat, heute noch fragen? Oder wer entspricht ihm heute?

### **Positive Ereignisse:**

- Was habe ich im **4. Jahrsiebt** alles geschafft!
- Wie kann mir diese Kraft jetzt neu bewusst machen?
- Wie kann ich die Kraft heute verwenden?

Ich würde vorschlagen mindestens eine Woche oder länger gedanklich bei dieser Spiegelung mit 35 Jahren zu bleiben.

Die nachfolgende **Spiegelungsmöglichkeit mit 42 Jahren** ist genauso zulässig, spiegelt sich jedoch an der seelischen und körperlichen Ebene, ein Jahrsiebt danach.

Leicht kommt man deshalb zu dem voreiligen Schluss:

Die anderen beiden Spiegelungen stimmen für mich, diese nicht.

Das kann zwar tatsächlich auch so sein.

Meist aber scheuen wir uns, nochmals in andere Zusammenhänge zu gehen, die im folgenden Kapitel angeschnitten werden.

**Trotzdem nichts übereilen!**

Legen wir den Mittelpunkt des Lebens auf **42 Jahre**, wie Rudolf Steiner und andere, **spiegeln wir das 7. mit dem 6. Jahrsiebt.**

### Die Spiegelungsachse am 42. Geburtstag

Bei der Spiegelungsachse am 42. Geburtstag spiegelt sich das 7. Jahrsiebt (42 - 48 J.), die geistige Ebene, am seelischen Erleben des 6. Jahrsiebt (41 - 35 J.).

### Entsprechungen, Spiegelungsachse der Ereignisse am 42. Geburtstag

	Jahr	Alter	Alter	Jahr	
Verlassen des leichten Erfolgsweges		41	42		Beginn des Kampfes um berufliche Existenz
		40	43		
		39	44		Anstrengende Arbeit, Schweregefühl
<b>6. Jahrsiebt</b>		38	45		<b>7. Jahrsiebt</b>
Suche nach neuen Wegen und Zielen		37	46		Habe ich sinnvolle Ziele erreicht?
Erste Zweifel an meinen Fähigkeiten		36	47		
Maximale Leistungsfähig und Karriere		35	48		Verlassen der Machtkämpfe
Maximale Leistungsfähig und Karriere		34	49		„Zweiter Frühling“, oft auch pubertär
		33	50		oder Entwicklung von Reife
Entwicklung der eigenen Fähigkeiten		32	51		<b>8. Jahrsiebt. Lehren als Meister</b>
<b>5. Jahrsiebt</b>		31	52		Loslassen von alten Aufgaben
Eigene Leistung oder Teamarbeit		30	53		Freude und Krisen mit Arbeitskollegen
Wirklich erwachsen werden müssen		29	54		Soziale Interessen, Betriebsrat
In die Welt hineingehen. Karriere		28	55		Sinnvolle Arbeit wird wichtiger
Mein Ideal verwirklichen. Neue Wege		27	56		Eventuell Arbeitslosigkeit
		26	57		
<b>4. Jahrsiebt</b>		25	58		<b>9. Jahrsiebt</b>
		24	59		Das Leben wird schwerer. Loslassen.

**Der 42. Geburtstag ist auch in dieser Spiegelung ein Wendepunkt.**

In der Symbolik des Quadrats geht es jetzt abwärts, auf der körperlichen Ebene: Man braucht zum Beispiel eine Brille, wechselt im Fußball zur Seniorenmannschaft.

Was mir zwischen **35 und 41 Jahren** noch leicht zufiel, muss ich mir jetzt zwischen **42 und 48 Jahren** geistig erkämpfen, bei nachlassenden

der körperlicher und seelischer Belastbarkeit.

Was ich mir an innerer Stabilität zwischen **35 und 41** erarbeitet habe, hilft mir jetzt, zwischen **42 und 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 „Midlifegreis“.

Auswege zeigen sich meist nicht im materiellen Bereich. Es geht nicht um noch mehr Gehalt. Nicht 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.

### **Welche Themen aus dem 7. Jahrsiebt von 42 - 49 Jahren entsprechen den Themen des 6. Jahrsiebts von 35 - 41 Jahren?**

Krisen und Bewältigungsstrategien gibt es in beiden Jahrsiebten:

- Welche Krisen hatten wir im **6. Jahrsiebt** und wie haben wir sie bewältigt?
- Welche Lösungen haben wir damals gefunden und bevorzugt?
- Waren die Lösungen gut? Kann man diese Lösungsstrategien auf das Jahrsiebt danach sinnvoll übertragen?
- Waren die Lösungsstrategien schlecht? Wiederholen wir jetzt unbewusst im **7. Jahrsiebt** ein Muster, das nur in der Zeit des absoluten Leistungshöhepunktes des **6. Jahrsiebts** sinnvoll war?
- Haben wir jetzt noch die Kraft für diese Energieverschwendung?
- Und was bringt uns das, außer dass wir keine Zeit mehr haben?

### **Sexualität und Partnerschaft:**

- Oft steht eine Partnerkrise an.
- **Bis 41 J.** konnten beide Partner mit viel Einsatz alles schaffen. Jetzt sind beide müde. Es geht zwar noch, aber beide sind ärgerlicher, auch wegen Kleinigkeiten.



- Das alte Partnerschaftskonzept, das auf maximale Schaffenskraft ausgerichtet war, taugt nichts mehr, obwohl keiner zugeben will, dass nicht mehr so viel Kraft da ist.
- Mein Partner schafft nicht mehr genug oder hat keine Zeit mehr für mich! So wird das am einfachsten wahrgenommen, ist aber keine Lösung!.
- Natürlich können wir uns wieder einen Partner suchen, der den lebenspraktischen Vorstellungen der Welt des **6. Jahrsiebts** entspricht. Aber dadurch werden wir nicht jünger! Und müssen noch mehr Geld verdienen, um die Scheidung zu bezahlen.
- Partnerschaft findet jetzt eher auf einer geistigen Ebene statt:
- Haben wir gemeinsame Ziele für das weitere Leben, die über die praktische Alltagsbewältigung und Hobbys hinausgehen?
- Das durchschnittliche deutsche Ehepaar redet am Tag nur 5 Minuten miteinander über Dinge die darüber hinausgehen, wer wen von der Schule abholt oder was eingekauft wird!

### **Beruf:**

- Müssen wir noch dieselbe Leistung bringen wie bisher?
- Kein Bundesligasportler ist älter als 35 Jahre!?
- Gibt es andere Lösungen als nur zu maximal zu arbeiten?
- Haben wir im **6. Jahrsiebt** schon andere Lösungen gefunden?
- Nützt uns jetzt noch mit den Arbeitskollegen Feste zu feiern?
- Die Konkurrenz zwischen den Kollegen ist wesentlich größer!
- Oft helfen private Kontakte der Verständigung, wie eine persönliche Einladung zu einem Fest – oder auf einen Kaffee, ein Bier, zwischen beruflicher Konkurrenz und persönlicher Freundschaft unterscheiden zu lernen, was sich entlastend auf die Arbeit und die Freundschaft auswirken kann. (nicht muss!)

### **Freizeit:**

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

### **Persönliche Ereignisse, Begegnungen im 6. Jahrsiebt:**

- Habe ich dazu heute noch einen Bezug?
- Spiegelt sich das jetzt in irgendeiner Form wieder?
- Wiederhole ich unbewusst misslungene Situationen dieser Zeit?
- Sollte ich mich von einigen Freunden und Bekannten aus dem letzten Jahrsiebt verabschieden, weil es nur noch leeres Kaffeekränzchen oder blöder Stammtisch ist?
- Oder stimmt der Stammtisch für mich? Sollte ich wieder hingehen? Wer ist mir dort wichtig?
- Könnte ich diese wichtigen Menschen außerhalb der geselligen Runde treffen. Hätten wir alle nicht mehr davon?
- Wer könnte mir jetzt ein ähnlicher Ratgeber sein wie die damaligen Freunde? Mit wem kann ich das durchsprechen?
- Als Abteilungsleiter hat man ganz andere Probleme als früher und braucht andere Berater!
- Nicht in Einzelkämpfertum verfallen, auch wenn man Einzelkämpfer ist. Andere Einzelkämpfer treffen!
- Wann nehme ich mir ausreichend Zeit für mich?
- Ganz wichtig: Welchen Menschen aus dem **6. Jahrsiebt** bin ich jetzt „zufällig“ im **7. Jahrsiebt** wieder begegnet?
- Kann ich Raum schaffen, diese Beziehungen wachsen zu lassen?
- Traue ich mich, neue Lebensebenen kennen zu lernen?

### **Krankheiten oder Unfälle:**

- Wann waren damals Krankheiten, besondere Schicksalsschläge?
- Entspricht das Spiegelungsjahr im **6. Jahrsiebt** meiner heutigen unbegründeten Angst oder meiner tatsächlichen Krankheit?
- Habe ich damals schon zuviel gearbeitet und muss ich jetzt noch mehr arbeiten, bis ich krank werde? Will ich das sogar?
- Schon die Bewusstmachung dieses möglichen Zusammenhangs ist ein Beitrag zur Gesundung.

### **Spirituelle Entwicklung:**

- Welche spirituellen Erfahrungen hatte ich **im 6. Jahrsiebt**?
- Ist davon noch etwas brauchbar, übertragbar auf heute?
- Wie bin ich damals mit Einsamkeit umgegangen, wie heute?
- Gibt es einen Ort aus der Zeit, an dem ich mich erholen konnte?
- Wo kann ich heute mir einen ähnlichen Ort schaffen?
- Kann ich meinen Kollegen, der mir damals geholfen hat, heute noch fragen? Oder wer entspricht ihm heute?

### **Positive Ereignisse:**

- Was habe ich im **6. Jahrsiebt** alles geschafft!
- Wie kann mir diese Kraft jetzt neu bewusst machen?
- Wie kann ich diese Kraft heute ökologischer verwenden?

Ich würde vorschlagen gedanklich mindestens eine Woche oder länger bei dieser Spiegelung mit 42 Jahren zu bleiben.

**Es beginnt mit dem 42. Geburtstag ein ganz neuer Lebensabschnitt**, der zwar auf den Energien der körperlichen und seelischen Entwicklung der vorangegangenen Jahrsiebte aufbaut, aber jetzt ganz persönliche innere Entscheidungen fordert.

Es geht es um innerste Entfaltung, trotz aller Kämpfe die anstehen:

**Es ist Neuland, das wir mit 42 Jahren betreten.**

**Die Biografiearbeit kann uns bewusst machen:**

- Welche der bisher erworbenen Fähigkeiten stehen mir weiter zur Verfügung?
- Welche Gewohnheiten hindern mich auf dem neuen Weg?
- Welche Beziehung ist nur Gewohnheit?
- Welche Beziehungen brauche ich weiterhin?
- Können wir unsere Partnerschaft um eine neue Begegnungsebene erweitern oder steht eine Trennung an, die ich nur nicht wahrhaben will, weil dies mit zusätzlichen Belastungen verbunden ist.
- Diese Fragen können nicht in der Hektik, die im **7. Jahrsiebt** normal ist, beantwortet werden. Meist ist es sinnvoll Lebensberatungsstellen oder Therapeuten aufzusuchen, die bei der Übersetzung der gegenseitigen Fragen und Erwartungen und Vorurteilen hilfreich sein können. Durch gute Beratungsarbeit wird uns das Anliegen unsres Partners verständlicher und wir können unserem Partner vermitteln, was wir dringend zum weiteren Zusammenleben brauchen.