

Das Quarterlife-Syndrom

Pubertät – Midlife-Krise – Ruhestand, drei bekannte Einschnitte im Leben eines Menschen. Lebensphasen, die jeder mehr oder weniger intensiv durchlebt. In jüngster Zeit sprechen Psychologen und Mediziner von einer neuen Krise im Erwachsenenalter, dem so genannten Quarterlife-Syndrom. Was verbirgt sich hinter diesem neuen Unwort, für das es nicht mal eine angemessene deutsche Übersetzung gibt?

Lebens
krise
mit 25

> »Was immer sich auch ereignet oder noch ereignen wird – alles ist schon einmal da gewesen.« Obwohl dieser Satz aus dem Predigerbuch im Alten Testament (3, 15) viele hundert Jahre alt ist, beschreibt er das Lebensgefühl einer Generation, die Soziologen gerne als »Generation X« oder »Kinder der Postmoderne« beschreiben. Gemeint sind junge Erwachsene unserer Zeit: gebildet, gut erzogen, aber orientierungslos. Statt zu revolutionieren wie die jungen Wilden in den 20er und 30er Jahren oder zu demonstrieren wie die 68er-Generation, suchen sie meist einsam und auf sich gestellt ihren Weg. Sie sehen die Widersprüche dieser Welt und glauben nicht an einfache Lösungen. Sie haben keine Heimat, sehnen sich aber nach Geborgenheit. Sie haben wechselnde Partner, obwohl sie eigentlich tiefe Beziehungen suchen. Sie sind egoistisch und wollen das Leben genießen, leiden jedoch zugleich an der Ungerechtigkeit dieser Welt.

Sie leben in Widersprüchen: Alkoholexzesse am Samstag – Schönheitstag am Sonntag. Shopping-Marathon im Alltag – Greenpeace-Einsatz im Urlaub. Sie sind intellektuell und nüchtern – haben aber keine Angst vor spirituellen Erfahrungen. Sie suchen Sinn und Orientierung. Und schlussendlich Gott.

Nadine, 25, sagt: »Ich habe mal geglaubt. Das gab mir Sicherheit. Die ist jetzt weg. Es gab einfach zu viele Fragen, die mir auf Grundlage der Religion niemand beantworten konnte.«

Immer mehr junge Menschen spüren diese Zerrissenheit. Sie wollen ein einmaliges, unab-

hängiges und spannendes Leben, sehnen sich aber zugleich nach Verbindlichkeit, verlässlichen Traditionen und Klarheit.

Ein junger Mann schreibt: »Wenn ein Kollege im Büro sein 25-jähriges Betriebsjubiläum feiert, steht man in der Regel freundlich lächelnd beim Umtrunk und denkt sich: Meine Güte, so lange am selben Schreibtisch, ist das tröstlos! Wenn aber ein Ehepaar seine Silberne Hochzeit feiert, macht das eher neidisch. So eine lange Zeit mit demselben Partner, wie romantisch!«

Auch Claudia Rübel, 28 und Schmuckdesignerin, kennt dieses Gefühl der Verunsicherung. In einem Interview erzählt sie von Brüchen und Krisenmomenten, von Entscheidungen und Augenblicken voller Hoffnung.

Kennst du aus deinem Leben Symptome des so genannten Quarterlife-Syndroms?

Oh ja, vor allem rund um Weihnachten. Da überkommt mich so ein Gefühl der Einsamkeit. Ich liebe meine Eltern, aber immer nur mit ihnen feiern zu können, gibt mir das Gefühl, gar keine eigene Familie zu haben. In meinem Alter waren sie schon ein paar Jahre verheiratet, hatten feste Jobs, zwei Kinder und ein schönes Haus. Früher war das auch mein Traum. Nur bitte eine Nummer besser. Mit Dreißig wollte ich auch etwas erlebt haben, gelebt haben. Eine tolle Karriere, einen Mann, zu dem ich aufsehen kann, Kinder und bei all dem Zeit für Freunde und Hobbys. Heute graut mir bei dem Gedan-



Schmuckdesignerin Claudia Rübel in ihrem Atelier bei der Arbeit. Ihren Schmuck findet man im Internet unter www.herrlichkeiten.com.



ken an ein Eigenheim, das mich auf Lebenszeit an einen Ort fesselt. Außerdem liebe ich meine Unabhängigkeit und die Freiheit, die sie mir bietet. Trotzdem gibt es immer wieder Phasen, in denen ich mein ganzes Leben in Frage stelle. Da reicht manchmal schon ein kitschiger »Hollywood-Schinken«, und ich träume von meinem alten Wunsch-Ich.

Der bekannte Sozialpsychologe Heiner Keupp sagt: Wir müssen Entscheidungen treffen, bestimmte Commitments (Zugeständnisse) machen. Wenn wir das nicht tun, treiben wir in einem Meer, das uns verschlingt, weil wir keine Boje mehr haben, an der wir uns festmachen können.

Mein Glaube ist meine Boje. Das war aber nicht immer so. Ich habe eigentlich schon immer an Gott geglaubt, aber Jesus war für mich ein Störfaktor. Der schlimmste Satz im Neuen Testament war für mich: »Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben. Keiner kommt zum Vater, außer durch mich« (Joh. 14,6). Obwohl mich die radikale Lebensweise Jesu faszinierte, fand ich diese Eindeutigkeit abstoßend. Ich bin ja schließlich ein toleranter Mensch. Ich wollte damals alles mitnehmen und war deshalb auch oft auf christlichen Veranstaltungen. Zu meiner Schande muß ich gestehen, daß ich mich über vieles lustig machte, was ich gesehen habe. Über die Zärtlichkeit, mit der manche dort miteinander umgingen. Und die ewige Freundlichkeit. Heute ist mir klar, daß ich diese Liebe und Geborgenheit einfach nicht an mich heranlassen wollte. Nach einem Konzert, das mich zutiefst berührt hat, wußte ich, daß ich mich endlich entscheiden muß: entweder für oder gegen Jesus. Seitdem lebe ich mit ihm. Das war die beste Entscheidung meines Lebens.

Wieso hat diese Entscheidung dein Leben nachhaltig verändert?

Die Beziehung zu Jesus hat meinem Leben Sinn gegeben. Das ist nicht leicht in Worte zu fassen.

Da ist zum Beispiel meine Arbeit. Ich bin gelernte Goldschmiedin. Mein Abschluß gehörte landesweit zu den besten. Trotzdem hab ich immer an mir gezweifelt. Ich war bei einem tollen Juwelier angestellt. Die Sachen, die ich dort verkaufte, waren zwar wunderschön, aber auch unglaublich teuer und extravagant. Immer öfter fragte ich mich, ob es meine Bestimmung sein kann, ein Leben lang solchen Tand an Leute zu verkaufen, für die das eh' nichts Besonderes ist. Nachdem ich Christ geworden bin, wurde das noch schlimmer. Ich ging dann für ein Jahr nach Jerusalem. Das war eine tolle Zeit, auch mit Gott. Aber das Schmuckreieren ließ mich auch dort nicht los. Es macht so viel Spaß! Nach diversen Jobs habe ich in Deutschland eine Stelle in einem Werbebüro gefunden. Doch eigentlich wollte ich immer Missionarin werden. Der Wunsch ließ mich nicht los. Leider kann ich nicht gut reden und bekomme weiche Knie, wenn ich vor fremden Leuten stehe. Tja, Pech, könnte man denken. Aber ich habe einen Weg gefunden, mein Talent mit dem Wunsch, das Evangelium weiterzugeben, zu verbinden. Ich habe privat für Freunde immer individuelle Schmuckstücke gefertigt und mittlerweile meinen eigenen Stil entwickelt. Ich mache Schmuck, der christliche Werte oder Botschaften durch Design oder Gravuren vermittelt. Vor knapp einem Jahr habe ich mich selbständig gemacht.

Wie haben deine Familie und Freunde auf diesen Schritt reagiert?

Zunächst nicht gut. Vor allem meine Eltern verstanden nicht, wie ich einen sicheren und gut bezahlten Job aufgeben konnte. Ich habe jetzt zwar noch eine Teilzeitstelle, aber das Geld reicht kaum für die Miete. Bisher kann ich von dem, was ich mit dem Schmuck verdiene, noch keine großen Sprünge machen, aber das ist ja auch nicht meine Motivation. Ich habe allerdings auch viele Freunde, die mich unterstützen, weil sie sehen, daß es die richtige Entschei-

dung war. Gott versorgt mich von Tag zu Tag. Bisher mußte ich noch nie hungern! (lacht)

Wovor hast du am meisten Angst?

Das klingt jetzt vielleicht doof, aber ich habe keine Angst. Klar, nachts liege ich oft schlaflos da und frag' mich, was die Zukunft bringen wird. Und manchmal könnte ich heulen, wenn die nächste Rechnung kommt. Aber ich war noch nie so sicher wie jetzt, auf dem richtigen Weg zu sein. Mein Leben ist ausgefüllt und spannend. Ich folge meiner Berufung.

Es gibt Orientierung, eine Wahrheit und einen Weg zum Leben: Jesus Christus, der Inbegriff dessen, wonach wir Menschen uns sehnen. Mit ihm können wir glauben, lieben und hoffen. Sein Weg mit uns ist individuell und einzigartig. Er sieht für jeden anders aus. Die Vielfalt der Möglichkeiten im Leben kann dazu verleiten, ewig nach dem Paradies auf Erden zu suchen. Doch früher oder später erkennen wir: Das ist eine Illusion. Darin ähneln die Kinder der Postmoderne dem Prediger des Alten Testaments. Wir suchen nach der Wahrheit, aber nicht nach leichtfertigen Antworten. Lassen wir die Zweifel an die Vertrauen auf Gott und seine Weisheit. Denn »alles hat seine Zeit«.

Das frühe Bilanzziehen einer Generation Ende Zwanzig kann Angst machen. Die Zweifel können aber auch Motor sein, neue Wege zu gehen und sich selbst besser kennenzulernen. Ein Einschnitt, der hilft, auf der Suche nach dem Sinn des Lebens innezuhalten, um zu prüfen, ob die Lösung nicht schon längst an die Tür geklopft hat. Sich zu entscheiden, ist manchmal einfacher, als es aussieht.

Über die Autorin:

Rabea Rentschler studierte Theologie und Diakoniewissenschaften. Zur Zeit absolviert sie ein Volontariat bei der Zeitschrift »Gehrn & Geist«.