

# DIE 7 Jahres-SCHRITTE

**M**achen Sie sich den Spaß, und überlegen Sie: Was fällt Ihnen alles zur Zahl 7 ein? Sie werden sehen: Die Liste wird lang. Denn Tatsache ist, dass die 7 eine ganz besondere Stellung hat – und das schon seit Gott die Welt in genau dieser Anzahl von Tagen schuf. Und so erinnern wir uns an die Märchen von den sieben Geißlein, den sieben Raben und den magischen Siebenmeilentiefeln. Wir kennen die sieben mageren und die sieben fetten Jahre aus der Bibel, das Buch mit den sieben Siegeln und lernten über die sieben Todsünden. Und die sieben Weltwunder sind uns natürlich ein Begriff – erst recht der „siebte Himmel!“ „In der Numerologie“, weist Bernadette Orth, Aura-Analysikerin und spirituelle Trainerin, auf ein weiteres Feld hin, „ist 7 die Königszahl. Sie wird als Kraft des Wachstums, der Führung gesehen. Menschen, die die Zahl 7 in ihrem Geburtstag oder -monat haben, drängen mit Freude dazu, ihre Lebensvorstellungen zu verwirklichen, haben Repräsentationstalent.“ Wer die numerologisch errechnete 7 als Lebenszahl trägt, ist ebenfalls mit Durchsetzungs- und Führungsqualitäten ausgestattet.

**Entwicklungsstufen.** Doch wie auch immer unsere Anlagen

**PHÄNOMEN.** Nicht nur in Märchen, Mystik und der Numerologie ist die Sieben eine magische Zahl – auch unser Leben ändert sich alle sieben Jahre. Zwei Leserinnen und eine Expertin beleuchten den Hintergrund.

sind, eines gilt dieser Betrachtungsweise nach für unser aller Leben: Es läuft in Sieben-Jahres-Schritten ab. Jeweils nach dieser Zeitspanne tritt eine Veränderung in unserem Dasein auf – Triumph oder Niederlage, Trennung oder Neubeginn. Die Einschnitte können krass oder fließend sein. „Die Lebenszyklen kommen aus der anthroposophischen Lehre“, weiß Bernadette Orth, „wo gilt, dass nach sieben mal sieben Jahren ein Vollendungsprozess erreicht ist und der Mensch von nun an aus diesem reichen Lebensschatz schöpfen kann. Oft kommen die Menschen leider mit 49 stattdessen in die Midlife-Crisis.“ Was nichts anderes heißt, als dass sie ihre Entwicklungsstufen nicht optimal bewältigt haben. Coaches wie Bernadette Orth können hier spezielle Nachhilfe geben. Der Begründer der Anthroposophie, Rudolf Steiner, maß übrigens den Reifeprozessen in Sieben-Jahres-Zyklen so große Bedeutung bei, dass er die Waldorfschulen danach ausrichtete.

**Schicksal.** Man braucht aber gar nicht weit zu schauen, um den Septennien zu begegnen. Wir starten mit ca. sieben Jahren die Schule, kommen mit 14 in die Pubertät. In vielen Ländern gilt man mit 21 als erwachsen. Und: Talente, schreibt die spirituelle Autorin Penny McLean in „Das Geheimnis der Schicksalsrhythmen. Wie 7-Jahres-Schritte unser Leben bestimmen“ (*MensSana*, € 9,20), die bis zum 28. Lebensjahr nicht verwirklicht werden, sind vom Schicksal „zum Sterben verurteilt“.

Ein Problem, das Silvia Sverak nicht hatte. Die 35-Jährige, in der Autowerkstätte der Eltern „aufgewachsen“, war mit dreimal 7 Österreichs jüngste weibliche Juniorechefin in einem Autohaus und wusste, dass das Geschäft mit den heißen Motoren auch ihr weiteres Leben bestimmen sollte: „Mein fünftes Jahrsiebt begann dann mit der Vision, eine Firma zu gründen, die speziell auf die Bedürfnisse von Frauen ausgerichtet ist – beim Autokauf und in der Werkstätte. Denn der An-

teil an Frauen, die ihre Autos selbst kaufen, wird ständig weiter steigen.“ Nun, zu Beginn des sechsten Septenniums, steht ihr Geschäft mit dem Namen „Mobilistin“ ([www.mobilistin.com](http://www.mobilistin.com)) am Wiener Schottenring und läuft seit Anfang des Jahres sehr gut. „Ausschlaggebend für die Verwirklichung war“, so die Wienerin, die vom Prinzip der 7-Jahres-Schritte absolut überzeugt ist, „dass ich zufällig eine andere Frau traf, die von meiner Geschäftsidee begeistert war und einstieg.“ Weitere Ereignisse aus Silvias Leben lesen Sie im Kasten auf der nächsten Seite.

**Sieben Chakren.** Solch handfeste Verwirklichungen eines Lebensstraums sind für jeden sichtbar – der Blick der Aura-Expertin erfasst noch viel mehr. „Das menschliche ‚Betriebssystem‘ verfügt über sieben Kraftzentren oder Chakren“, erklärt sie. Gibt es in ihnen Energieblockaden, kann sie das in der Aura sehen. Der Betroffene selbst spürt es an einer Schwäche der zugehörigen Organe. „Mit Chakrenarbeit ➤



SILVIA SVERAK, 35

BERÄT FRAUEN ALS „MOBILISTIN“ IN AUTOFRAGEN.

**7 JAHRE:** Einschulung. Das erste Mal auf einem Pferderücken gesessen und sofort der großen Liebe zu Pferden verfallen.

**14 JAHRE:** Der erste heimliche Kuss und die ersten Turniererfolge im Sattel nachhause geritten.

**21 JAHRE:** Die große Freiheit mit dem ersten eigenen Auto – rot und sehr sportlich war ER. Landesmeisterschaft der ländlichen Reiter errungen. Jüngste Juniorchefin in einem Autohaus.

**28 JAHRE:** Trennung nach 14 Jahren Beziehung. Große Wende im Leben. Abendstudium, Leitung von Oldtimer-Rallyes, Reiten in den Hintergrund getreten. Die Vision, mit einer eigenen Firma in der Automobilbranche mit Weiblichkeit zu powern.

**35 JAHRE:** Lebenstraum umgesetzt, das Unternehmen „Mobilistin“ steht.

»Mein fünftes Jar-siebt begann dann mit der Vision, eine spezielle Firma zu gründen!«

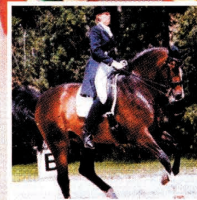
SILVIA SVERAK ÜBER IHREN LEBENSTRAUM



**0-7 JAHRE.** Silvia geht brav zur Schule. Das gänzlich unbekümmerte Leben ist vorbei.



**21-28 JAHRE.** Die Liebe zum Reitsport bestimmt das Leben. Mit 28 gibt Silvia Autos den Vorzug.



**35 JAHRE.** Silvia hat sich mit einer Partnerin ihren Traum erfüllt und berät Frauen beim Autokauf.

► versuchen wir, Ursachen für die Blockaden zu finden.“

**Lebensprozess.** Sieben Stufen sind es auch, die der Mensch als Lebensprozess zu durchwandern hat. Bernadette Orth listet sie auf: Schwierigkeiten in der Existenz überwinden, kreatives Potenzial zum Leben erwecken und zum Ausdruck bringen, Beschaffenheit der eigenen Persönlichkeit und der eigenen Macht erkennen, sich angstfrei für alle Lebensbereiche öffnen und anderen auf Herzesebene begegnen können, Erleben freien Ausdrucks und klarer Kommunikation (keine Angst zu haben, vor Publikum zu sprechen), Erweiterung des Feldes der Wahrnehmung und Intuition – bis zu der Stufe des siebten Sinns. „Hier verfügt man“, so die Expertin, „über eine hellere Wahrnehmung.“ Hakt es bei einer Stufe, so erlebt man immer wieder frustrierende Situationen mit dem Gefühl, diesen ausgeliefert zu sein. Man



**EXPERTIN.** Bernadette Orth arbeitet mit Aura und Chakren.

kann somit nicht in die nächste Stufe kommen. „Dann heißt es nacharbeiten“, spricht die spirituelle Analytikerin, die in Wien und NÖ ([www.lichtkraeuterhof.at](http://www.lichtkraeuterhof.at), Mail: [aura-praxis@lichtkraeuterhof.at](mailto:aura-praxis@lichtkraeuterhof.at)) arbeitet, aus Erfahrung. Nicht gleich die Flinte ins Korn werfen sollte man übrigens auch, wenn es ums verflixte siebte Jahr geht. „Man hat in den sieben Jahren wiederum verschiedene Stufen durchwandert, von der Verliebtheit über Familiengründung bis zur großen Vertrautheit, und es gibt nichts, was einem am anderen fremd ist“, weiß Bernadette Orth. „Dann sollte man auf die nächste Ebene der Erfüllung gehen, was aber nicht alle gleich schaffen. Man kann aber auch hier erfolgreich daran arbeiten.“

**Brachialereignis.** Das verflixte siebte Jahr längst gut gemeistert hat Stephanie, Prinzessin zu Fürstenberg, 43. Die zweifache Mutter, die punktgenau mit 28

ihren späteren Ehemann Johannes Prinz zu Fürstenberg traf, will die siebenjährigen Zyklen in ihrem Leben deutlich erkennen (siehe Kasten auf S. 118). Sie sieht diese allerdings nicht als einmaliges Brachialereignis, sondern als langsame Entwicklung, die Chancen eröffnet: „Innerhalb dieser Zeit können Prozesse oder Projekte angeschoben werden, die mit dem ersten Jahr ihren Anfang nehmen und mit dem siebten für den nächsten Zyklus vorbereitet werden.“ Froh ist die Münchner Juwelierstochter, die sich aus Familientradition als Goldschmiedin ausbilden ließ, vor allem darüber, dass sie rechtzeitig ihrer Liebe zum Theater nachgab und sich mit 21 endgültig für den Schauspielberuf entschied. „Zwischen dem 21. und 28. Lebensjahr werden die Weichen gestellt“, ist sie sicher, „da kannst du auch den falschen Weg einschlagen!“ Nach familiärer Pause widmete sie sich ab 35 dem Kulturmanagement von Schloss Weitra, dem Familienbesitz ihres Mannes – und stieg mit 42 wieder voll in ihren Kreativjob ein (ab 16. 9. mit der komödi-

antischen Lesung „Hotel Mama“ in Wien, Freie Bühne Wieden).

**Mehr Geduld.** Der falsche Weg – keiner ist davor gefeit. Oft auch, weil man sich einfach nicht bewusst ist, dass das Leben in Zyklen verläuft. „Menschen erleben viel Unzufriedenheit, Chaos und Zerrissenheit“, weiß Bernadette Orth, „wenn sie nicht wissen, in welcher Phase, Neuorientierung oder Vollendung, sie sich befinden. Bei Neuorientierung werden viele ganz nervös, weil sie nicht gleich alles super auf die Reihe bringen. Wären sie sich ihrer Lage bewusst, könnten sie mehr Geduld und Verständnis aufbringen. Es gibt die Zeit, wo ich nur Ideen sammeln muss, die Zeit, wo ich meine Ideen in eine Ordnung bringe, und die Zeit, wo ich den richtigen Rahmen dafür schaffe.“ Man kann den Lebenszyklus, in dem man sich befindet, numerologisch errechnen. Aber es ist auch schon sehr hilfreich zu wissen, dass Umbrüche und Krisen dazugehören. Am Ende der Straße warten immerhin Zufriedenheit, Weisheit und: der siebte Sinn.

MIRIAM BERGER, BARBARA POCHÉ ■