

POWER-DESIGN

# The Sixtieth

De modne frugter

Birgit Lynge

2012

# The Sixtieth

---

## *De modne frugter*

Hver af livets aldersperioder har fællestræk med de foregående, men imellem visse aldre er fællestrækkene stærkere og dermed tydeligere end andre steder. Derfor vil vi ofte have stor glæde af at finde fotos frem af os selv fra en alder, som vi på ny skal have ind under huden for at have "det hele med".

I denne artikel vil jeg fokusere på den af vores 7-års-perioder, som rummer årene 64 -70 år. Det kræver imidlertid, at jeg kort beskriver de udviklingsmæssige hovedtræk i den forudgående alder 56 – 63 år.

## **Forberedelser til The Sixtieth**

I årene 56 – 63 formodes vi at være ankommet til "vores nye landområde", trådt ned fra det netop afsluttede bygningsværk: Den gyldne bro. - Sådan kalder jeg broen mellem første og sidste del af livet. Den gyldne bro er som en slags startbane for den himmelstræbende sjæl, der her, midtvejs i livet, nødvendigvis må folde sine vinger ud, alt imens vi føler kroppens forgængelighed (forfald) mere og mere.

Den gyldne bro bygges af det materiale, der giver os som en opsamling af de af vore talenter og stærke egenskaber, der førte os godt – i alt fald levende – igennem livets foregående mindre broer ved årene 7 – 14 – 21 – 28 – 35 – 42 - 49.

Som et eksempel har vi omkring de 7 år afsluttet barnerigets "arnesikrede" rige med formodet tryghed påhæftet ved fars bukseben og mors skørter. Vi har indledt og for så vidt også afsluttet vores første kultur møde med hjemmet. Det har åbnet vores bevidsthed om dreng-pige-relationen og åbnet for at "gå på besøg" i fremmede familiers verdener (andre kulturer). Og det gør vi mere og mere frem til 14 års alderen. Vi så at sige blander os med det andet køn og de mange andre kulturer, forskellige fra eller genkendelige med vores eget opdrag af en kultur.

Nu følger teenagealderens forelskelser og spejling i det modsatte køn, for herigennem virkeligt at opdage vores eget køn og, for de flestes vedkommende, at elske det. Dernæst bliver vi i alderen 21 - 28 år udplantet fra "potte-plante" til frilandsvækst, til åben jord, med opdagelse og afprøvning af vores mulige roller og opgave i verden. Vi har sat rod og sat roden fri. Vi bestemmer selv, hvor vi vil plantes, vokse og gro, og vi finder nu selv næring med troen på, at alt er muligt.

De mellemliggende aldre, 28 – 49, vil jeg her springe over for at gå til den i folkemunde omtalte 60+ alder.

## **60 + = The Sixtieth**

Som sagt forsøger jeg her – som i mine supervisioner – at være mere præcis med et udgangspunkt i en psykologisk forståelse af 7-års periodernes særpræg og livsopgaver, men nu til livsalderen 64 – 70.

Frem for benævnelsen 60 + vil jeg foretrække benævnelsen The Sixtieth.

Og hør: der skal kun en lille bogstavændring til for at komme til ordet sextieth...

- Er vi således tæt på teenagealderens fokus igen?

Ikke helt, for livet er ikke til gentagelser. Hver ny 7-års periode og alder er virkelig en ny alder. Og alligevel er der paralleller mellem teenagealderen (14 - 21) som den 3. livsalder og sixtieth-alderen (64 - 70) som den 9. og sidste livsalder og 7-års-periode, før vi når i en slags mål ved de 70 år.

Her ser jeg for mig et billede af en linedanser, der når frem til det fastforankrede podie og først her opdager, at linen reelt var en snor lagt på jorden – som en anvisning af den vej vi hver især skal gå i livet for en dag at komme ”i mål”. Hvor svært kan det være?

A pro pos målet, så sagde min far i sin alderdom, at ethvert levet år efter de 70 var ren foræring. I sin erfarede livsforståelse følte han sig fri efter de 70... eller skulle jeg bruge udtrykket: færdiguddannet som menneske.

## Ja til Alt-i-én

I den 9. og sidste livsperiode før ”eksamen” er det en hjælp til kompasstyringen at tage sin indre teenager til sig med et kæmpe og velment ”JA, jeg elsker dig og vil følges med dig resten af livet” – ”Nu og da vil jeg endog lade dig gå forrest”.

Det er en slags konfirmation, der hermed finder sted, og således kan ”teenageren” udfolde sig fuldt ud og på ny i det modne menneske, vi nu er forenet med.

- Men hvad siger vi JA til ved at konfirmere vores tilhør nu og altid til teenageren?

Vi siger ja til at være forelsket i livet og i det andet og komplementære køn. Vi siger ja til troen på, at alt er muligt. Vi siger ja til forførelsen, ja til uskyld, ja til lyserøde skyer, ja til spejlets dragning til os selv. Vi siger ja til usikkerheden på om jeg er tilstrækkelig god-smuk-høj-hård-blød-glat, osv., osv., osv.

Ja til tilstrækkeligheden.

Ja til at vi er elsket af Gud, som vi er.

Vi siger ja til det unødvendige i målingen og sammenligningen med ”de andre” for at kendes som all right i gruppen og i forhold til andre.

Vi siger ja til den vej vi har gået, og ja tak til den der ligger forude.

Vi siger ja til nuet.

Vi siger dybest set ja til, at vi er skabt i perfektion af Gud...

I teenagealderen var vi uden vejledning og stod ”helt alene i verden”, hvis vores forældrerelation føltes fraværende, eller hvis vi selv i protest var i gang med at frigøre os, nedsmelte bindingen, skille os fra navlestrengens fæste i håb om at hjertestrengen kunne holde.

I The Sixtieth er vi åndeligt forbundne og har afprøvet vækstmulighederne i og på egen jord. Vi har alt at vinde og intet at tabe, hvis vi lytter til vejledningen fra kroppen, sjælen/psyken og ånden/Ånden (Gud), som vi nu har haft 60 år til at lære at kende og turde elske.

## De modne frugter

Men jorden er akkurat lige så gyngende, som vi som teenager oplevede den. Forskellen er blot den såkaldte modenhed. For vi har oplevet og erfaret... Vi kender og genkender... Vi tør godt trods usikkerhed... Vi har lært at svømme... Vi tager chancen, mens vi endnu har den...

- Modenhed af hvad? Vil du nok spørge, i håb om at få et mere specifikt svar.

Modenhed af sjælens frugter, som vi kender dem fra buddhismen og kristendommen. Og disse er: kærlighed, glæde, fred, tålmodighed, venlighed, godhed, tillid, hjælpsomhed og selvkontrol.

Alle frugterne er lige til at spise. Ja, det vil være klogt at spise dem og næres af dem, inden de måske går i forrådnelse. Og der er så rigeligt af dem, at du med største glæde og overflod kan byde andre af dem. Vær så god.

Så, kære venner og veninder – you Sixtieth: spis!

Tag for jer af sjælens modne frugter.

Del ud af dem, for de er givet som gaver til os og vore kære. De er givet som Jordens frugter.

Tag nu dine indre teenagedrømme frem. Giv din indre teenager et smækkys.

Føj så livets gaver og sjælens modne frugter til og, summa summarum: gå efter helheden.

Go for it ♥

Du har alt at vinde...

Birgit Lyngé

Helgenæs den 6. marts 2012