



„Die Erfahrungen der älteren Menschen sind kostbare Schätze.“

Andrea Lindau, Life Trust Coach-Ausbilderin & homodea CEO, im Interview mit Uta Gruenberger

„Erst wenn es irgendwo quietscht, setzen wir uns in Bewegung.“

„Größer denken, freier leben“ – Andrea Lindau setzt auf die Potenzialentfaltung und die allerbeste Version jedes Einzelnen auf seine Art. Seit über 28 Jahren erforscht sie die Dimensionen und Grenzen des menschlichen Bewusstseins und kombiniert das Wissen alter Traditionen mit neuesten, wissenschaftlichen Experimenten und Erkenntnissen. Gemeinsam mit ihrem Mann, Veit Lindau, entwickelte sie daraus 2019 – pünktlich zur großen Herausforderung von Corona – die Onlineplattform homodea und bietet darauf über 150 Onlinekurse und geführte Meditationen sowie tägliche Impulse, Videos und Live-Talks an.

Die regelmäßigen Treffen der homodea hubs sieht sie als Zukunftswerkstatt. Als geschäftsführende Teampartnerin ihres Ehemanns an der Video-Front bildet sie jedes Jahr gut eintausend Menschen zu staatlich anerkannten Life Trust Coaches™ aus. Ihr Praxisbuch „Queen is rising“ zur wegweisenden Geschlechter-Analyse „Genesis“ von Veit Lindau wurde ebenfalls ein SPIEGEL-Bestseller.

Den Spirit der unentwegten Kreativität und die Lust am spielerischen Ausloten aller Ausdrucksmöglichkeiten zelebriert sie auch selbst sehr vergnügt – unser Gespräch findet aus der Lounge eines Hannover Musikstudios statt, wo sie als Stimme gerade zur Entstehung eines homodea Albums beiträgt.

Uta Gruenberger: Dein Mann Veit meinte, dass ca. 20 bis 25 % Eurer 120.000 homodea-Abonnenten und Abonnentinnen der Baby Boomer Generation angehören – sich also im Golden oder Best Age befinden. Frage an Dich als CEO: Kommen wir da hin?

Andrea Lindau: Ja, das kann durchaus so sein, wobei uns die Zahlen und Daten auch zeigen: Wir werden immer jünger. Und das finde ich wirklich toll.

Uta Gruenberger: Die Gruppe von Menschen ab Mitte Fünfzig, Sechzig aufwärts – kommt sie aus dem Druck eines „Aua“ oder Quietschens zu Euch in die homodea-Gefilde oder folgen sie einem neuen Zeitgeist, der die Auseinandersetzung mit sich selbst als Selbstverständlichkeit sieht, oder ist es schlicht der Druck des Alters?

Andrea Lindau: Also das Alter an sich, denke ich, ist es am wenigsten. Ich glaube, die meisten kommen, weil sie Lust haben, noch glücklicher zu sein. Darunter lässt sich ja eigentlich auch alles zusammenfassen. Und dann zeig mir mal einen Menschen – auf der nördlichen Halbkugel zumindest – der nicht irgendwie auch dieses „Aua“ hat, wo es nicht irgendwo weh tut – im Körper oder in der Beziehung oder im Selbstwert – egal. Ehrlich gesagt, ich sehe keinen Menschen, der nicht irgendeine Baustelle hat und so denke ich, ist es genau das, ein Mix aus Punkt eins und zwei – dieses Sich-um-sich-selbst-Kümmern und dann homodea als Anlaufstelle und Wirkungsfeld für die eigene Entfaltung finden. →

Uta Gruenberger: Sind auch gewisse Ängste im Spiel? Auch ganz banal die Angst, huh, mir läuft die Zeit davon?

Andrea Lindau: Also wenn wir Q&A's geben, bekommen wir immer Fragen in die Richtung und ehrlich gesagt, finde ich das auch angemessen – übrigens in jedem Alter. Du weißt im Grunde nie, wieviel Zeit Dir noch gegeben ist. Und den Tod als Ratgeber zu haben – egal, wieviel Tage, wieviel Jahre mir bleiben – zu sagen, ich habe wirklich Bock, mein bestes Leben zu leben – ist einfach nur wahrhaft. Ob das nun jeder genau so ausspricht – ich denke, in der Tiefe ist jeder Mensch davon angetrieben.

Teilen mit der 'Next Generation' als tiefes, natürliches Bedürfnis.

Uta Gruenberger: Ich bleibe jetzt einmal kategorisch bei den „Best Agern“ – gibt es da in dieser Gruppe spezielle Bedürfnisse, Sehnsüchte?

Andrea Lindau: Ich würde es gerne mal andersrum formulieren, wenn ich darf. Denn ich würde mir wirklich wünschen, dass diese Gruppe ein großes, ein tiefes Bedürfnis hat, mit den Jüngeren zu teilen – das würde ich mir wünschen! Wenn ich das Licht an der Stelle entzünden dürfte, dann möchte ich das hier direkt tun.

Ich meine, mit meinen 55 Jahren mische ich mich da jetzt so langsam rein, aber die wirklich Älteren, mein Gott, das sind echte Schätze! Das sind unsere Lehrer, unsere Lehrerinnen – egal, ob die neue Generation zu unseren Propheten wird und sie uns mit ihrer Intelligenz immer übertreffen werden. Was sie nicht haben,

ist unsere Erfahrung – das, was wir aus unserem Leben gelernt haben. Und so würde ich mir wirklich wünschen, dass die Älteren endlich nach vorne kommen und ihren ganz selbstverständlichen Platz in unserer Gesellschaft einnehmen, nämlich den, der unserer Erwartung entspricht: „Bitte teile Dich mit, wir möchten von Dir lernen!“

Uta Gruenberger: Muss man sie auf diesen ihren Wert erst aufmerksam machen, bestärken und in diese Position hin pushen? Ihnen genau dieses Selbstbewusstsein vermitteln oder in ihnen auslösen?

Andrea Lindau: Ja. Das kann ich so sagen. Wir haben das Glück, manchmal in Seminaren, in denen wir Menschen näher kennenlernen, tatsächlich älteren Frauen, aber auch Männern dabei zusehen zu dürfen, wie sie da immer mehr hinkommen, wie sie ganz still werden und demütig und langsam erkennen bzw. überhaupt auf die Idee kommen, dass genau dies ihre Aufgabe sein könnte. Ihre wirklich wichtige Aufgabe. Und wenn sie dann bei uns eine Bühne bekommen und gezielt an dieser Stelle angesprochen werden, wie es dann direkt zu fließen beginnt. Ja, wie sie direkt ins Mitteilen kommen, weil es einfach ihrem bzw. unserem Dasein entspricht.

Uta Gruenberger: Wie sieht es in Euerm Generation-Mix dann von der anderen Seite aus? Sind die Jüngeren bereit, auf die Älteren oder nennen wir sie einfach mal die Stammes-Ältesten zu hören?

Andrea Lindau: Tatsache ist: Ganz gleich wie alt wir sind und egal wie alt unsere Körper aussehen – wenn unser Geist jung ist, dann kommt einfach auch was ganz Junges, Frisches rüber. Und das fasziniert alle Altersgruppen.

In einer unserer Ausbildungen gibt es eine über Achtzigjährige. Über sie haben wir jetzt

sogar einen Film gedreht, denn wie sie spricht, eine halbe Stunde lang, das muss die Welt einfach gehört haben. Ja wirklich, allein wie sie spricht – aus welch' inneren Schönheit, aus welcher Gelassenheit. Und nochmal, das ist einfach meine Erfahrung. Wenn Du Menschen an diesen Stellen aktiv ansprichst, dann erweckst Du sie und dann kommt dieses Teilen ganz natürlich ins Fließen.

Uta Gruenberger: Den Golden Agern sollte man also ihre neue Aufgabe ganz klar mitteilen?

Andrea Lindau: Unbedingt – alles andere wäre pure Verschwendung. Also alt zu werden und nur auf Dein Ende zu warten oder alt zu werden und nur zu vergehen – und nicht auch jeden Tag den eigenen Spirit durch den Austausch zu verjüngen – das halte ich in der Tat für Verschwendung.

Den eigenen Spirit durch Austausch verjüngen

Uta Gruenberger: Ihr zwei habt ja auch recht konkrete Pläne, in einer größeren Gemeinschaft alt zu werden, sagte Dein Mann Veit?

Andrea Lindau: Ob ich jetzt sechzehn Jahre alt wäre oder einhundertvier – dieser Wunsch nach Gemeinschaft ist einfach „beyond“. Es ist dies mein tiefster Wunsch als Mensch unter Menschen, mit meinen Mitmenschen zu leben. Da lernen wir viel, viel schneller. Da gehst Du viel gerader in das Wir, da lernst Du eben auch das Wir. Zutiefst weiß ich, dass kein Mensch dazu geboren ist, alleine zu sein. Wir kommen tausendmal freudvoller weiter, wenn wir miteinander sind.



Andrea Lindau mit ihrem Mann und Geschäftspartner Veit Lindau.

In einer Community zu leben, wo auch wirklich Menschen jeden Alters dabei sind – vom Baby bis hin zum sterbenden Menschen – das brauchen wir auch für unsere Spiegelneuronen. Wir müssen einfach sehen, wie Altern geht, wie Sterben geht und wir müssen sehen, wie geboren werden geht. Denn nur dann wird es uns zu eigen. Wenn Du nie wirklich gesehen hast, wie ein Baby zur Welt kommt, ja, dann hast Du auch nie diese wirklich tiefe Bindung dazu. Es ist dann eher etwas Abstraktes. Dagegen – einmal wirklich erfahren – dann ist es ganz in Dir – Deins! →

Uta Gruenberger: Da spricht jetzt aus Dir die Erfahrung als gelernte Hebamme ...

Andrea Lindau: Ich will Dir etwas sagen: ja genau, ich war und bin Hebamme von Beruf und ich wende mittlerweile eigentlich alles, was im Leben so passiert, zumindest bildlich auf die Geburtshilfe an. Denn die Hydraulik oder sagen wir die verschiedenen Phasen, um die es in der Geburtshilfe geht, kannst Du im Grunde auf alles im Leben anwenden, wirklich alles. Es ist die Menschwerdung, das Geborenwerden an sich. Und – ganz pragmatisches Beispiel – wenn der Muttermund noch nicht offen ist, dann brauchst Du auch nicht drücken und pressen. Das ergibt überhaupt keinen Sinn. Funktioniert auch nicht. Solche Bilder aus der Geburtshilfe, das sind Eins-zu-Eins-Äquivalente zu den verschiedenen Entwicklungsphasen im Leben, die jeder auf seine Weise und in seinem Tempo macht.

Uta Gruenberger: Das heißt, in solch' neuen, generationsumfassenden Gemeinschaften bräuchten wir Hebammen für alle Altersklassen. Menschen, die die Fähigkeit haben, den anderen in seinem momentanen Entwicklungsstadium zu erkennen? Braucht es dafür spezielle Begabungen?

Andrea Lindau: Eine Hebamme – egal ob weiblich oder männlich – ist ein Mensch, der präsent ist. Einer, der die anderen Menschen um sich herum wahrhaft sieht, sie versteht und ihnen im Erblühen hilft.

Uta Gruenberger: Solche „integrale Wegbegleiter“ bildet Ihr in eurer staatlich anerkannten Life Trust Coaching Akademie aus. In der Altersgruppe der „Golden Ager“ gäbe es dafür bestimmt eine Zielgruppe sowie auch spätberufene Talente, die andere genau bei diesem Erblühen unterstützen könnten.

„Als Hebamme lernst Du, den andern sehr präsent in seinem Stadium wahrzunehmen und ihn da heraus in der Weiterentwicklung zu unterstützen.“



Aber zurück zu den selbst initiierten Lebensgemeinschaften – braucht es für solche Communities lauter Gleichgesinnte – neudeutsch „like-minded people“ – damit es funktioniert?

Andrea Lindau: Ganz ehrlich, ich vertraue und baue darauf, dass, wenn der Platz mal da ist, wenn er uns quasi gefunden hat, dass er dann auch die passenden Menschen anziehen wird. Was allerdings wichtig ist, dass wir ein gemeinsames Wertesystem haben, dem sich alle unter- oder sagen wir zuordnen und verpflichtet fühlen. Nicht einem Menschen oder einem System, aber zum Beispiel der Liebe. Wenn die Liebe das Leitprinzip, der Kodex des Ortes ist, dann richten wir uns danach aus – und zwar jeden einzelnen Tag.

Uta Gruenberger: Und von welcher Größenordnung sprechen wir bei euren Plänen?

Andrea Lindau: Zweihundert. Das ist schon immer meine Zahl gewesen. Zweihundert Leute, die fest am Platz sind – der Stamm sozusagen – und dann natürlich noch entsprechend Raum für Gäste.

Uta Gruenberger: Der Platz hat Euch demnach noch nicht gefunden?

Andrea Lindau: Nein, noch nicht. Da würdest Du sofort ein Zeichen kriegen. Also ich muss sagen, Veit und ich, wir stemmen wirklich eine Menge und haben schon vieles möglich gemacht, aber den Platz konnten wir bisher noch nicht finden. Der Plan an sich steht schon 26 Jahre in unserem Leben. Wir fühlen uns regelrecht gerufen, aber der Platz hat sich noch nicht ergeben, also habe ich irgendwann gesagt, der Platz muss uns finden. Und wenn Du mich fragst, wo sollte oder könnte denn der Platz sein? Dann

muss ich sagen, das ist mir wirklich egal, das könnte bei den Inuit oder am warmen Ozean sein oder irgendwo dazwischen. Also der Platz wird uns finden und dann werden sich dort auch die richtigen Menschen einfinden.

Uta Gruenberger: Hast auch Du eine quasi Botschaft an die heute besprochene, neue Zielgruppe der „Best oder Golden Ager“?

Andrea Lindau: Oh ja, sehr, sehr gerne. Zwei Dinge möchte ich sagen. Erstens: Ihr habt noch lange, lange Zeit! Denkt ja nicht, dass es nun bald vorbei ist! Wieviel Zeit es letztendlich sein wird, ist eigentlich irrelevant. Aber nutze die Zeit, die Du hast, wirklich weise. Denn, wie ich es vorhin sagte, Ihr, die Älteren, habt eine wirklich wichtige Aufgabe für uns alle! Ihr seid die Überbringer der Fackel!

Ich möchte Dich ganz direkt ansprechen und von ganzen Herzen einladen und auffordern, Deine Weisheiten nicht still für Dich zu behalten, sie nicht als Understatement zu behandeln, sondern sie mit anderen zu teilen und der Welt zu schenken. Denn – und das möchte ich hier auch anfügen – Du gehörst Dir nicht alleine! Du gehörst uns allen! Du bist ein Mensch dieser Erde und gehört uns allen – so wie wir alle.

PS.: Das Teilen müssen wir sowieso generell und so oder so lernen – anders wird es mit uns in jeder Hinsicht nicht mehr weitergehen. //