

Wie geht es Ihnen ... mit dem Sinn des Lebens, dem Sinn Ihres Lebens?

Jedes Leben, jeder Mensch ist einzigartig. Einzigartig durch seine Stärken und Schwächen, durch seine Fähigkeiten, durch all' das, was ihm geschenkt ist. Was macht Ihr Wesen, Ihr Leben einzig?

Nicht immer fällt es gleich leicht, sich selbst – und auch unser Gegenüber – so anzunehmen, wie wir sind. Auch der Blick auf das eigene Leben kann in uns unterschiedliche Gefühle auslösen. Vielleicht überwiegt die Freude über das Geglückte, vielleicht dominiert aber auch die Unzufriedenheit oder Traurigkeit über Misserfolge. Was läuft in Ihrem Leben gut, wo könnte es besser sein?

Wohl in keinem Leben gibt's nur Sonnenschein – Dunkelheit, Sturm und Gewitter gehören genauso dazu. Was kann helfen, wenn die Bilanz beim ersten darüber Nachdenken negativ ausfällt? Eventuell gelingt es beim zweiten Hinschauen „Perlen“ zu entdecken: Begegnungen, die mir wohl taten... Erlebnisse, die mich gestärkt haben...Worte, die heilsam waren. Was sind die Perlen in Ihrem Leben?

Gelingt es uns, das Leben als kostbares Geschenk, als Gabe zu sehen, werden wir achtsamer und dankbarer im Umgang damit. In dieser Achtsamkeit lernen wir zu spüren, was der Sinn unseres Da-Seins ist, was sich zeigen will, wo wir gebraucht werden.

Die Auseinandersetzung mit diesen Fragen ermöglicht es, ein Bewusstsein dafür zu bekommen, welche Spuren wir hinterlassen wollen...was bleiben soll, wenn wir einmal gehen.

Vielleicht braucht es manchmal ein Innehalten im Alltag, ein bewusstes im Hier und Jetzt sein, damit wir unser Leben achtsam, dankbar und bewusst gestalten können. Die Welt etwas besser, wärmer, reicher hinterlassen als wir sie angetreten haben – das wünsche ich uns allen!

Und wenn dies nicht gelingt? Wenn Selbstzweifel und Ängste, Enttäuschung und Resignation den Alltag bestimmen?

- ✿ Was brauche ich, um mit Selbstvertrauen und Zuversicht durchs Leben zu gehen?
- ✿ Wo möchte ich mit meinem Engagement dazu beitragen, dass Gutes geschieht, gegenseitige Wertschätzung gelebt wird?
- ✿ Wer oder was kann mich dabei unterstützen?
- ✿ In welchen Momenten gelingt es mir, Ja zu sagen zu mir selber, meinem Umfeld, meinem Leben?

Gerne suche ich zusammen mit Ihnen Antworten auf diese und weitere Fragen - auf dass eine Versöhnung mit sich, mit dem Leben möglich wird und der Gedanke an Ihr Da-Sein Sie lächeln lässt.