

# MEIN LEBEN IM RÜCKSPIEGEL

## Der Schaukelstuhl

Ignatius von Loyola empfiehlt jemanden, der sich zwischen verschiedenen guten Alternativen nicht entscheiden kann, die Situation aus der Perspektive des Totenbetts zu betrachten (vgl. EB 186). Um dir klarer darüber zu werden, welcher deiner Träume am besten zu dir passt, kann es hilfreich sein, ein imaginäres Gespräch mit deinem zukünftigen Ich zu führen. Stell dir vor, du sitzt hochbetagt in einem Schaukelstuhl, du hast ein zufriedenes und erfülltes Leben gelebt.

Was würdest du dir selbst in der jetzigen Situationen (in fünf, in zehn Jahren) mit auf dem Weg geben?

.....

.....

.....

Welche Entscheidung in deinem Leben war goldrichtig?

.....

.....

.....

Gibt es etwas, das du im Nachhinein anders machen würdest?

.....

.....

.....

Worauf solltest du in deinem Leben besonders achten?

.....

.....

.....

# MEIN LEBEN IM RÜCKSPIEGEL

## Die Grabinschrift

Sich kurz zu fassen ist oft schwieriger, als Dinge ausführlich zu erläutern. Auch die Frage, worauf es in meinem Leben ankommt, worauf mein Leben zielt, lässt sich leicht floskelhaft und in vielen Worten darlegen. Spannend wird es, wenn ich versuche, mein Lebensziel wie unter einem Brennglas zu bündeln.

Grabinschriften, Todesanzeigen oder Nachrufe können so eine bündelnde Funktion haben:

»Hier ruht Prof. Dr. Klaus Wüschertel, der sein Leben zur Erforschung der Honigbienen lebte.«

»Harry Hirsch brachte gute Laune in das Leben vieler Menschen.«

»Friedrich Heinz war ein liebevoller Vater und treuer Freund.«

Was könnte in deinem zukünftigen Leben dein Leben ausmachen?

.....

.....

.....

Wofür willst du dein zukünftiges Leben leben?

.....

.....

.....

Was soll von deinem Leben in Erinnerung bleiben?

.....

.....

.....

In welchem Satz könnte dein zukünftiges Leben gebündelt werden?

.....

.....

.....

.....