

Wer will ich sein?



Fragt man das Internet nach „ERFÜLLUNG“, so erhält man erst mal die Definition im Sinne der Rechtswissenschaften, nämlich das Erlöschen von Schuldverhältnissen. Dabei ist die „Erfüllung im Leben“ eines der sehnlichsten Ziele der Menschen.

Aber worin findet der Mensch Erfüllung? Was gibt dem Leben Sinn und Bedeutung? Familie, Liebe und Leidenschaft, Beruf(ung) oder eine fesselnde Aufgabe, Abenteuer, Unabhängigkeit, Selbstbestimmung, Gesundheit, Nächstenliebe, Glaube?

Stellt man sich diese Fragen erst am Lebensende, so blicken viele doch enttäuscht zurück und sehen in erster Linie die Dinge, die sie falsch gemacht haben: etwa ungelöste Konflikte mit geliebten Menschen, falsche Entscheidungen, verpasste Chancen, verschwendete Zeit, ungelebte Träume und verborgene Wünsche und, und, und ...

Erfüllung und Sinnhaftigkeit im Leben erleichtern einen würdevollen Abschied vom Leben. Was aber sinnvoll oder erfüllt genau bedeutet, liegt bei jedem Menschen selbst und hat mit seinen persönlichen Werten, Denkhaltungen, Erfahrungen und Sehnsüchten zu tun.

Wovon ist Ihr Leben gerade geprägt?

Ruhelosigkeit, Funktionieren müssen, Termindruck, Gefühlsarmut, Hektik, Alltagsroutine, Langeweile, Verunsicherung, Unzufriedenheit, Selbstzweifeln, Verlustängsten o. ä.?

Wie finde ich aber den Sinn meines Lebens bzw. was gibt mir Erfüllung? Um hinter dieses Geheimnis zu kommen, sind viele weitere Fragen notwendig. Zu-

nächst einmal wäre da die Frage: **Wer bin ich?** Klingt einfach, ist aber meistens schwierig zu beantworten und erfordert viel Ehrlichkeit und Mut zur Selbstreflexion. Also nicht einfach nur: Wer bin ich?, sondern: Wer bin ich wirklich?

Jeder weiß, wie er heißt, wie alt er ist, welchen Beruf er ausübt und was er in der Freizeit macht. Aber darum geht es nicht. Es geht eher darum: Welche Charakterzüge beschreiben meine Person? Welche Dinge kann ich gut? Was davon mache ich gern, was nicht so gern? Nicht alles, was man gut kann, bereitet einem Freude. Und im Umkehrschluss: Welche Dinge kann ich nicht gut? Was davon würde ich aber gern können, was möchte ich lernen, was ist mir gleichgültig? Wie viele Dinge, die ich mag oder gut kann, mache ich gerade in meinem jetzigen Lebensabschnitt? Und hier fängt es an interessant zu werden, vor allem bei der Frage: Oder was hält mich davon ab?

Die meisten Menschen haben sehr wohl konkrete Ideen und Vorstellungen von dem was sie wollen, setzen es aber nicht in die Tat um. Leider lautet die häufigste Frage dann eher: Was will ich haben? und nicht: Wer will ich sein? Denn diese Frage kann ich nicht beantworten, wenn ich nicht weiß, wer ich bin und ob ich dieser Mensch gern bin. ■



Jacqueline Nazareth – systemische Lösungen

Oberdorf 18a • 24235 Laboe • 04343-4929418 • www.jn-systemischeloesungen.de



Adventsfeuer in Dobersdorf



Lagerfeuer mit Glühwein und Grillspezialitäten

an allen 4 Adventswochenenden



original Dobersdorfer Weihnachtsbäume
Wildfleisch aus dem Dobersdorfer Forst

Verkauf täglich ab 1. Dezember

Christian und Esther von Burgsdorff / 24232 Gut Dobersdorf / Tel. 04348 338 / www.holsteintanne.de