

Praxis Lebenswege

Dieser Titel ist programmatisch gewählt. Wir alle befinden uns auf unserem Lebensweg. Dieser Weg führt jedoch selten nur geradeaus. Er leitet uns oft auch auf Umwege, in Sackgassen, über Berge und manches Mal durch tiefe (dunkle) Täler.

Manchmal gelingt uns eine Kurskorrektur, wie bei einem Schiff, das wieder auf den richtigen Kurs gebracht wird. Ein anderes Mal verlieren wir die Orientierung und fühlen uns wie umher getrieben oder -gestoßen. Ziel meiner Arbeit ist es, einen Blick für diesen Weg zu bekommen.

- Wann verlasse ich die eingeschlagene Richtung, wann muss ich den Kurs neu bestimmen?
- Muß ich immer über den Berg oder kämpfen wie Sysiphos mit seinem riesigen Stein?
- Oder gibt es nicht auch mal einen leichten Weg um den Berg herum?
- Wenn ich das Gefühl habe, in der Talsohle zu sein, wie kann ich den Weg hinaus finden?
- Oder kann ich es annehmen, das ein Stück meines Weges eben über den beschwerlichen Berg führt?
- Wie kann ich mit meiner positiven Lebensenergie im Einklang sein, auch wenn äußeren Bedingungen manchmal nicht optimal sind?

Zentral für mich ist folgendes: Bei all meinen Entscheidungen auf meinem Weg habe ich jeden Tag - bewusst und unbewusst - Wahlmöglichkeiten:

- Mache ich so weiter wie bisher oder ändere ich den Kurs? Ändere ich ihn um 180 Grad oder nur ein bisschen?
- Übernehmen andere die Richtung meines Weges oder entscheide ich selber?
- Wenn ich entscheide, wähle ich die gute Erfahrung meiner Wahl oder die schlechte?
- Klage ich lieber über mein Schicksal oder nehme ich mein Leben in die Hand und versuche eine Änderung herbei zu führen?
- Kann ich die Verantwortung für die gewählten Entscheidungen, für den eingeschlagenen Weg übernehmen oder sind "immer die anderen Schuld"?
- Kenne ich die großen und kleinen Ziele meines Lebens, die ich auf meinem Weg anstrebe oder fühle ich mich "getrieben"?

Wählen heißt leben, heißt für mich, sich bewusst in den Strom des Lebens einzuordnen. Das heißt, meine Begrenzungen und meine Realität anzuerkennen, aber auch gleichzeitig meine Chancen und Potentiale zur Veränderung zu nutzen.

Leben heißt wählen, denn wenn wir nicht "gelebt" werden wollen, liegt es bei uns, die großen und kleinen Entscheidungen unseres Lebens bewusst selbst zu treffen. Wer nicht selbst handelt, wird behandelt.

Nordhausen 1997