



Zuhause und dazu- gehören	Leben	Arbeiten	Lernen	Beziehungen	Gesundheit	Spiritualität	Altern
---------------------------------	-------	----------	--------	-------------	------------	---------------	--------



LifeDesigning als Philosophie
Ziel der Reise
Start der Reise
Eigenverantwortung
Verlorensein
Herausforderung
Balance

Herausforderung

Ein Jahr das Jahr des Wassers, dann das Jahr der Sklaverei und ihrer Abschaffung. Dann Jahr der Fürwahr, es gibt genug Herausforderungen auf unserem Planeten, um noch Jahrhunderte lang Jahr des zu begehen.

Einige von uns wählen ja jeweils für das kommende Jahr ihr individuelles Thema: Jahr der Zurückhaltung, Jahr des inneren Friedens, Jahr der Vergebung. Vielleicht auch handlichere Themen, wie das Jahr des Segelbootes, der Weltreise, der Weiterbildung. Jedenfalls finden wir neben den gemeinen, heisst alle betreffenden Themen, auch unsere Spezialität, welcher wir ein vertieftes Augenmerk leihen wollen. Tönt nach dem berühmten gepflasterten Weg....?

Im Sinne von LifeDesigning kann ein Jahresvorhaben jedoch ein ganz spezielles Gewicht erhalten. Weil es nicht einfach so kurzfristig erhoben wurde, sondern Ausfluss aus der immer wieder gemachten Standortsbestimmung ist. Was mit beinhaltet, dass im Rahmen der Lebensvision, des Lebenskonzeptes - Schritte auf genaue Zielsetzungen hin gemacht werden sollen. Und dies natürlich mit dem Wissen, dass auch auf dem vor uns liegenden Wegstück nicht alles so am Schnürchen gehen wird, wie wir es gerne wünschten. Auch dessen bewusst, dass die Herausforderung - auf dem persönlichen wie dem gesellschaftlichen Level - einiges von uns abfordert. Und wir es auch meist gar nicht alleine schaffen können und uns darum Hilfe anschnallen. Von der Freundin, vom Ehemann, von der Gruppe. Oder durch all die andern Techniken, welche der Zielerreichung dienen.

Home
Aktuell
Sitemap
Links
Archiv
Suchen
Über uns
Kontakt

Stress

Stress in seinen vielen Formen kann uns aus der Balance werfen. Von Zuhause entfernen. Im Stress leben wir nicht in unserem Zentrum, nicht mehr aus uns heraus. Die Hektik der heutigen Zeit, ausgerichtet auf das Materielle allein, wird mehr und mehr zu einem Problem, welchem sich nicht nur fortschrittliche Unternehmen sondern auch der Staat mehr und mehr zuwendet. So fällt auf, dass auf internationaler wie nationaler Ebene diesem Problem mehr und mehr Aufmerksamkeit gewidmet wird. Siehe dazu: Arbeiten des [seco](#) oder der [Suva](#). Andererseits soll nicht vergessen werden, dass das Stressempfinden stark vom Vorbereitetsein abhängt.

Manfred Spitzer in seinem Werk "[Lernen](#)":
Im "Grunde weiss dies jeder: Kalkulierbare Widerwärtigkeiten sind erträglich, plötzlich hereinbrechende hingegen kaum."
(S. 168). Viva LifeDesigning!

Mehr zu Stress:

- [seco](#): Kosten von Stress in der Schweiz
- [aop Professur](#): Stress am Arbeitsplatz
- Stress und Arbeitsplatz-Unsicherheit belasten die Gesundheit ([CH-Gesundheitsbefragung 2002](#))
- Stress am Arbeitsplatz: Informationen für Arbeitgeber und Manager - Interview mit [Prof. Udris, Arbeits- & OrganisationspsychologieETHZ](#)





"Live with questions"

"We don't have all the answers. We do, thank God, have some answers. But answers that give birth to far many more questions. . . .

And it is good to live in the question. A pat answer is closed, it is finished; that's it. It goes no where and leaves little room for hope. A question, the mystery, opens the space for us. It is full of possibility. It gives hope of life and ever more abundant life. Our faith, solid as it might be, is full of questions. And therefore full of life and hope."-- M. Basil Pennington (E) in "[Living in the Question](#)"

Mit Fragen leben

Wir haben nicht alle Antworten. Sicher haben wir, Gott sei Dank, einige Antworten. Jedoch Antworten, welche ihrerseits wieder viele weitere Fragen hervorrufen....

Und es ist gut mit Fragen zu leben. Eine schnelle Antwort macht Schluss, keine Diskussion, fertig. Sie führt nirgendwohin, lässt wenig Raum für Hoffnung. Eine Frage, immer ein Geheimnis, öffnet den Raum für uns. Sie ist voller Möglichkeiten. Sie gibt Hoffnung von Leben und immer mehr üppigem Leben. Unser Gottes-Vertrauen, wie solid auch immer es ist, ist voller Fragen. Und darum auch voller Leben und Hoffnung. (Übersetzung PKay).



* * *