



Bist du die geworden, die du bist?

Wenn ich nur wüsste, was ich wirklich in diesem Leben soll?

„ Es gibt in der Welt einen einzigen Weg, auf welchem niemand gehen kann ausser dir: wohin er führt? Frage nicht, gehe ihn!“

Friedrich Nietzsche

Eine Biografie ist heute eine Sinfonie, die man selber komponiert. In früheren Zeiten machten die Menschen auch ihre eigene Geschichte, aber sie machten sie nicht aus freien Stücken unter selbstgewählten, sondern unter unmittelbar vorhandenen und überlieferten Umständen. Früher war die Welt geprägt von Religion, Gemeinschaft, Ordnung und Stabilität. Die „neue“ Welt bringt atemberaubende Veränderung und Möglichkeiten, wachsende Forderungen nach Gleichheit und eine quälende ungewisse Identität. Auch verhängnisvolle Risiken, denn sich entscheiden zu können, heisst auch sich entscheiden zu müssen und zwar ohne den Halt äusserer Regeln und Vorgaben. Das ist keineswegs immer angenehm. Zur Entscheidung gehört die Unsicherheit, die Ungewissheit, das Risiko. Entscheidungen - es sind ja keine Erkenntnisse - trifft man immer, ohne genau zu wissen, wo das hinführt. In der Berufswahlsituation begegnen wir in der Regel zum ersten Mal in unserer Biographie dieser Grundtatsache moderner Existenz wichtige Lebensvollzüge individuell selbst entscheiden und gestalten zu können, die früher klar geregelt und gesellschaftlich vorgeordnet waren. Über den Beruf hinaus wird zu entscheiden sein, ob man diesen Partner oder einen andern oder gar nicht heiratet, wie man seine Partnerschaft und die häusliche

Arbeitsteilung gestaltet, wie man seine Kinder erzieht oder keine Kinder hat, seine Freizeit verbringt, welches Welt- und Menschenbild man sich erarbeitet, wo man leben will, welchen „Sternen“ man nachstrebt usw.

Die Moderne ernüchterte die Menschen. Sie liess die süssen Einbildungen, die ihnen das Elend ihres Lebens erträglich gemacht hatten wie Seifenblasen zerplatzen und lässt uns nun alleine im „Elend des Alltags“. Ohne die Gewissheit göttlicher Gebote, ohne den Heroismus der Heiligen, ohne jene Dichtungen, die uns trösten und die Welt schöner machen. Die Zeiten sind vorbei, wo Liebe und Ehe den Frauen den moralischen Status und die Achtung der Gesellschaft brachte. Wo ihr soziales Los als Frau, Geliebte und Mutter andere zu umsorgen und zu lieben der einzige Weg war um die Ungleichheiten der Geschlechterverhältnisse zugleich verschleierte und in ein schönes Licht rückte.

Die Herausforderung besteht nun darin ohne die Dimension des „Heiligen“, ohne uns vor Gott zu fürchten, ohne alten Traditionen ein sinnerfülltes Leben zu führen. Wir können unsere eigene Autorität werden und brauchen uns heute nicht mehr von andern Leuten sagen zu lassen, was wir zu tun hätten. Wir müssen uns selber um uns kümmern und unser Leben in die Hand nehmen. Der Wille wird durch die Struktur subjektiver und objektiver Zwänge geformt, von der die Freiheit der Wahl in der Moderne einer der bedeutendsten ist.

Das Betrachten der eigenen Biographie kann eine Methode sein, um sich selbst, aber auch andere, besser zu verstehen. Beim intensiven Betrachten eines Lebenslaufs stösst man darauf dass auf geheimnisvolle Weise bestimmte Gestaltungsprinzipien unser Leben formen können. Es ist eine radikale Auseinandersetzung mit sich selbst, mit den eigenen Konflikten und sozialen Schwierigkeiten und auch das berechtigte Interesse nach Selbsterfahrung und persönlicher Entwicklung.

Der rote Faden des Lebens liegt oft da, wo etwas nicht klappt. Man bekommt seine Probleme immer wieder präsentiert!

Desorientierung im eigenen Leben, seelische Abgründe, Arbeitslosigkeit, problematische oder gescheiterte Partnerschaften und Hilflosigkeit beim Erziehen der Kinder gehören nun zu den alltäglichen und unausweichlichen Situationen des Lebens.

Speziell die Krisenmomente in unserem Leben sind es, die uns Entwicklungschancen geben, die uns die Möglichkeit eröffnen, nach dem Sinn dessen zu fragen, was wir eigentlich wollen - oder ist ein Sollen? Diese Nullpunkte können immer eine Chance zu einem Neubeginn sein, eine Möglichkeit die „Sinne“ meines Lebens zu verwirklichen, mich zu entwickeln, so dass etwas Neues entsteht. Etwas Altes in neuer Form erscheint und auf eine nächste Stufe kommt, sodass das Leben ein Kunstwerk wird, etwas in sich Zusammenstimmendes, etwas das in sich eine Harmonie trägt, so wie das innere Zusammenstimmen der

einzelnen Töne einer Sinfonie, die auch Misstöne enthalten kann.

Die Entdeckungsreisen, die früher unbekanntem Kontinenten galten, führen heute in die unbekanntem Reiche der eigenen Psyche.

Ich-Stärke erweist sich nicht daran „alles im Griff“ zu haben sondern in der Bereitschaft zum Risiko, im Wagemut gegenüber dem Unbekanntem- und im Selbstvertrauen, sich diesem offenen Ereignissen gegenüber behaupten zu können.

Eine Biografie, den Willen zu einem selbstgestalteten, Ich-geführten, selbstverantwortlichem Leben ist immer etwas sehr persönliches.

Ich möchte allen Mut machen ihre Wünsche, Ideale und Pläne zu verwirklichen: Empfindsam tastend, gedanklich analysierend und vertrauend sich leiten lassen, was sich entwickelt.

Es ist nie zu spät seine Lebens-Entwürfe zur Entfaltung zu bringen. Was wäre eine Biografie, die nur noch Vergangenheit ist?

„Leben sie jetzt die Frage. Vielleicht leben sie dann allmählich, ohne es zu merken, eines fernen Tages in die Antwort hinein.“

(Rainer Maria Rilke: Briefe an einen jungen Dichter)

„Leben sie jetzt die Frage. Vielleicht leben sie dann allmählich, ohne es zu merken, eines fernen Tages in die Antwort hinein.“

(Rainer Maria Rilke: Briefe an einen jungen Dichter)

Mit diesen teils unbequemen Fragen möchte ich DICH Leserin / Leser dazu anleiten, sich über Dein eigenes Leben Gedanken zu machen.

FRAGEN

Was war oder ist deine grösste Sehnsucht?

Wie sah dein Leben aus mit 18?

Was waren deine Ziele? Deine Impulse? Deine Wünsche? Deine Ideale? Deine Visionen?

Kannst du dich an den ersten Zungenkuss erinnern?

Wann warst du das letzte Mal verliebt?

Wie würdest du einem Kind die Liebe erklären?

Wurdest du je sexuell, seelisch oder geistig missbraucht?

Wie sah dein Leben mit 28 aus?

Hat sich etwas verändert um die Zeit der Midlifecrisis?

Wann kamst du in die Wechseljahre? Was hat sich verändert?

Planst du dein Liebesleben?

Worin besteht für dich die Kunst des Verführens?

Wie wichtig war und ist dir Sexualität?

Was ist deine Muttersprache?

Welches bezeichnest du als dein Vaterland?

Warst du je für längere Zeit im Ausland?

Wie hat dich dieser Aufenthalt verändert?

Wie viele Berufe hast du im Laufe deines Lebens ausgeübt?

Welches waren Brot-Jobs und welche hast du mit Leidenschaft ausgeübt?

Welchen Beruf würdest du heute erlernen oder ausüben wollen?

Denkst du, dass du für dich und deine Welt selbst verantwortlich bist?

Wann hast du begonnen dem Fluss deiner Energien zu folgen?

Wann hast du begonnen die Programmierungen durch deine Mutter, deinen Vater oder die Gesellschaft hinter dir zu lassen?

Welche Werte hast du im Laufe deines Lebens verneint?

Was für Werte sind dir heute wichtig?

Was oder wer hat dir geholfen, dich von der Gesellschaftsschablone, von der psychologischen Gesellschaftsstruktur frei zu werden?
Warst du oder bist du Anhänger einer Religion oder einer Ideologie?
Was ist für dich eine spirituelle Erfahrung?

Welche bewusstseinsveränderten Substanzen kennst du?
Wie war deine erste Drogenerfahrung?
Kennst du andere Wege um einen selbstinduzierten besonderen Bewusstseinszustand, um ein Ausser-Alltags-Bewusstsein zu erreichen?
In welchem Bewusstsein möchtest du sterben?

Kannst du alleine leben?
Lebst Du monogam?
Hast du schon von polyamory gehört?
Kennst du die sexuellen Fantasien deines Partners und kennt er deine?

Wie viel Wahrheit erträgst du?
Hat sich im Laufe deines Lebens diese Einstellung verändert? Wenn ja - warum?
Bist du eifersüchtig oder besitzergreifend?
Was bedeutet Treue für dich?
Hast du je erlebt, dass dein Partner fremdgeht?
Wie bist du damit umgegangen?

Hast du dich je selber belogen? Wenn ja- wann und weißt du warum?

Bist du zufrieden mit deiner eigenen Lebens-Sinfonie?
Hat dich etwas an der Entfaltung deiner Individualität
gehindert und wenn ja, was oder wer?
Gab es eine Zeit, wo die Schwierigkeiten ins Ungeheure
gewachsen sind?
Welche Erfahrung im Leben war für dich die
Schwierigste?
Hast du dich schon einmal gefragt, wozu dies gut war?
Hast du dir je Gedanken gemacht über deinen
Werdegang?

Weisst du um die Gesetzmässigkeit des Lebenslaufs, der
Jahrsiebte oder andern Rhythmen?
Glaubst du, dass Entwicklung sich im Suchen und
Überwinden von Widerständen vollzieht?
Was sagst du zur Aussage: Nur wer sich ändert, bleibt
sich treu.

Was sind deine Lebensthemen? Was ist dein
Lebensinteresse? Worin siehst du den Sinn deines
Lebens?
Hast du die Möglichkeiten deines Lebens ausgeschöpft?
Was möchtest du noch erreichen?

Welche Länder möchtest du noch bereisen?
Wo könntest du es dir auch vorstellen zu leben?
Wo möchtest du alt werden?
Wo möchtest du sterben?

Was würdest du ändern, wenn du es könntest?

In welchem Jahr/ Zeitabschnitt/ Periode würdest du innehalten wollen und dir überlegen, ob du einen andern Lebensweg einschlagen möchtest und wenn ja welchen und warum?

Welche Lernschritte möchtest du noch machen in deinem Leben?

Was war dir wichtig bei der Erziehung deiner Kinder?
Welchen Rat würdest du einer jungen Frau, einem jungen Menschen auf dem Lebensweg mitgeben?