

Das Mobilé des Lebens:

Achtsam sein, Balancen wahren.

Gesundheit

- Ernährst du dich ausgewogen, trinkst du genug Wasser?
- Was regt dich an, was inspiriert dich?
- Findest du erholsamen Schlaf?
- Hast du Zeit für Fitness, Sport, Bewegung und Erholung?
- Wie entspannst du dich?

Miteinander

- Lebst du im Einklang mit Familie und Freunden?
- Erfährst du Liebe und Zuwendung?
- Wofür erhältst du Anerkennung?
- Suchst du Geselligkeit?
- Spürst du Zusammenhalt?

Sinn

- Wir leben um zu leben.
- Was macht dich glücklich?
- Wie verwirklichst du dich?
- Wie findest du Erfüllung?
- Welche Werte, welche Ethik leiten dich?
- Woran glaubst du, welche Hoffnung begleitet dich?

Arbeit/Leistung

- Welche Ziele, welche Erfolge strebst du an?
- Erlebst du Kollegialität im Beruf?
- Erfährst du Wertschätzung?
- Was macht dich zufrieden?
- Wie erreichst du Sicherheit?
- Ist das Einkommen auch dein Auskommen?

Du kannst nur das eine Leben leben.
Alle anderen verpasst du.