

Wie ein erfülltes Leben gelingt

Erfüllung braucht Sinn

Sinn entsteht immer dann,
wenn Menschen das, was sie tun,
mit dem in Verbindung bringen,
was ihnen wichtig ist.

Viktor Frankl

...und wenn das nicht gelingt

Ich wünschte...



1. Ich hätte den Mut gehabt, mir selbst treu zu bleiben, statt so zu leben wie andere es von mir erwarten
2. Ich hätte nicht soviel gearbeitet
3. Ich hätte den Mut gehabt, meinen Gefühlen Ausdruck zu verleihen
4. Ich den Kontakt zu meinen Freunden gehalten
5. Ich hätte mir mehr Freude gegönnt

Die Suche nach der eigenen
Erfüllung ist der ultimative
menschliche Antrieb

Victor Frankl (Begründer der Logotherapie)

Was alles möglich ist...



Die 5 Geheimnisse...

1. Seien Sie sich treu
2. Leben Sie so, dass Sie später nichts zu bereuen haben
3. Lassen Sie die Liebe in sich lebendig werden
4. Leben Sie im Augenblick
5. Geben Sie mehr als Sie nehmen

