

# Lebensrad | Lebensbalance

1	Mut/Neubeginn/..	4	Geborgenheit/Entwicklung/..	7	Beziehung/Partnerschaft/..	10	Verantwortung/Grenzen/..
2	Werte/Wohlbefinden/..	5	Kreativität/Gestaltung/..	8	Wandlung/Verbindlichkeit/..	11	Freiraum/Vernetzung/..
3	Kommunikation/Bewegung/..	6	Gesundheit/Umwelt/..	9	Philosophie/Bildung/..	12	Zusammenarbeit/Vertrauen/..

**8 / November 09**

## Inspiration zu Veränderung/Lösen und Binden

Veränderungen sind leichter zu bewältigen, wenn Sie diese selbst aktiv herbeiführen, als wenn sie von außen nahegelegt oder gar erzwungen werden.

„Lösen und Binden“ ist ein Grundsatz von Veränderung und Wandel. Die gewählten Bindungen an Menschen und an Aufgaben sind meist freudvoll und das Lösen oft schmerzlich. Beides trägt jedoch zur Reifung bei. Es macht jedoch einen wesentlichen Unterschied in unserem Leben, ob wir dieses „Binden und Lösen“ bewusst vollziehen und bejahen oder es unbewusst erleiden.

In einer Zeit der vielen Änderungen unserer Gesellschaft und damit auch des eigenen Lebens, ist es wichtig, dass wir das "Binden und Lösen" als bewusste Lebenskunst erlernen. Wir sind Wanderer auf einem stetig neuen Weg!

### **Binden heißt:**

sich liebevoll einlassen auf Menschen und auf Aufgaben

### **Lösen heißt:**

aufbrechen zu neuen Ufern

*"Wir sind die Wanderer, die die Erde lieben, die sie trägt, die sie aber eigentlich nur darum recht lieben, weil sie auf ihr dem fremden Land entgegengehen, das sie über alles lieben. Sie würden ja sonst nicht wandern. An das Reich Gottes glauben kann nur, wer so wandert, wer die Erde und Gott in einem liebt." (Dietrich Bonhoeffer)*

© visionleben, Richard-Wagner-Weg 4, 6005 Luzern