

# bereichernd

**Welche Erfahrungen haben mein Leben - wie Sternstunden - bereichert?**

**Welche Menschen sind mir wichtig, weil ich mit ihnen besonders leuchtende Erfahrungen verbinde?**



# belastend

**In welchen Situationen habe ich mich in meinem Leben klein gefühlt? Habe ich meine eigenen Grenzen schon einmal deutlich gespürt?**

**Welche Menschen haben mich enttäuscht? Wie gehe ich damit um? Wovon hängt es ab, ob ich ihnen eine weitere Chance gebe?**

**Was belastet mich?**



# ermutigend

**Die Zeit läuft unaufhörlich! Wie gehe ich mit meiner Zeit um? Nutze ich sie, um vielleicht mit Freunden oder allein etwas Sinnvolles zu tun? Oder greife ich eher zum Smartphone oder zur Fernbedienung?**

**Wen möchte ich gern mal wieder besuchen, um mit ihm / ihr Zeit zu teilen?**



# betend

**Wie, wo und wann bete ich? Was erlebe ich, wenn ich mich an Gott wende – was ist schön, was ist schwierig?**

**Wer ist Gott für mich?**



# neu beginnend

**Akzeptiere ich mich, wie ich bin? Was mag ich besonders gern an mir?**

**Gibt es Punkte, die ich in meinem Leben verändern möchte? Welchem Menschen könnte ich etwas Gutes tun? Was will ich mir in nächster Zeit vornehmen?**

