

# Bekenntnis einer 86jährigen Frau auf ihrem Sterbebett



"Wenn ich die Reise meines Lebens noch einmal von vorne beginnen könnte, dann würde ich riskieren, mehr Fehler zu machen. Ich würde diese, meine Reise gelöster, leichter und unbekümmerter antreten. Ich würde viel weniger Dinge so verbissen ernst und wichtig nehmen.

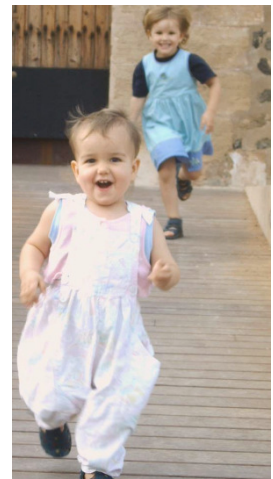


Ich würde die Chancen ergreifen, die mir das Leben in den Schoß spielt, mehr Reisen unternehmen, Berge besteigen, Flüsse durchschwimmen, den Menschen die meinen Weg kreuzen, aus der Tiefe meines Herzens in die Augen schauen.

Ich würde mehr Eis essen und weniger Bohnen. Ich hätte dann vielleicht ein paar echte Probleme, aber viel weniger eingebildete. Wie du siehst, gehöre ich zu jenen Menschen, die vernünftig und besonnen sind, Stunde um Stunde, Tag um Tag.

Ja, in meinem Leben gab es auch Augenblicke, die wundervoll waren. Wenn ich nochmals von vorn anfangen könnte, dann hätte ich gerne mehr davon. Ich würde sogar alles drum geben, nichts anderes zu erleben - nur Augenblicke, einen nach dem anderen, statt jeden Tag so viele Jahre im Voraus zu leben, mir Sorgen zu machen, ob meine Rente ausreichen wird. Ich gehörte zu den Leuten, die nirgendwo hingehen ohne Thermometer, Wärmflasche, Regenmantel und Versicherungsschein.

Wenn ich noch mal die Wahl hätte, würde ich sicher mit leichterem Gepäck reisen. Und vor allem würde ich mich weniger darum kümmern, was andere von mir denken könnten, ob mein Leben in den Augen der anderen als akzeptabel und bewundernswert erscheint. Ich würde nicht mehr darum kämpfen, beliebt, schön und stets erfolgreich zu erscheinen. Denn damit belüge ich mich selbst und muss immer fürchten, dass mir jemand hinter diese glitzernde, zerbrechliche Maske schaut. Wahrscheinlich würde ich überhaupt viel weniger denken, mich viel weniger damit beschäftigen, mir Sorgen zu machen. Ich würde immer wieder innehalten, atmen, spüren, lauschen, schauen und mich und die Welt ganz intensiv von meinem Herzen aus fühlen.



[www.integritytraining.de](http://www.integritytraining.de)



Wenn ich mein Leben noch einmal von vorne beginnen könnte, dann würde ich im Frühling früher barfuss gehen und im Herbst erst später die Schuhe hervorholen. Ich würde barfuss und halbnackt auf der Straße tanzen, mir die Regentropfen auf der Zunge zergehen lassen, Gänseblümchen pflücken und mit den Kindern spielen.

Ja, ich würde riskieren, mich dem Leben ganz hinzugeben und wahrhaftig so sein, wie ich wirklich bin."