

Vorwort

Ich schreibe nun seit zehn Jahren Tagebuch.

Tagebücher sind es mittlerweile. Und immer wieder, wenn ich das erzähle, kommen mir staunende Kommentare entgegen; oft höre ich so was wie »Oh, das habe ich auch mal angefangen; aber dann wieder aufgehört« oder »Ich konnte irgendwie nicht dranbleiben«. Kommt dir das bekannt vor?

Mir nämlich auch. Denn auch ich habe oft angefangen und wieder aufgehört. Gerade, wenn vieles passiert und ich all das Erlebte versuche aufzuschreiben, denke ich mir oft, wie viel Zeit das kostet und wieso ich das eigentlich mache, denn ich kann mich ja noch an alles erinnern. Doch dann, wenn mal Wochen ins Land ziehen und ich mich erinnern möchte, was ich in all der Zeit erlebt und gemacht habe – keine Chance.

Und so sitzen wir allesamt jedes Jahr an Silvester da und seufzen darüber, wie besonders schnell dieses Jahr denn wieder vergangen ist. Die Zeit fliegt. An uns vorbei. Und irgendwie leben wir, aber wir wissen oft gar nicht so genau, wie und wofür.

Irgendwann dachte ich mir dann, dass ich nicht mehr einfach so vor mich hinleben will. Ich will intentionell leben. Will wissen, wohin ich eigentlich möchte, und dann auch dahin gehen, leben, beten. Um am Ende des Lebens zurückzublicken und sagen zu können, man habe seine Träume gelebt, muss man ja in all den Tagen davor auf dem Weg dorthin sein.

Ein volles Leben zu führen ist einfach, aber wie steht es um ein erfülltes Leben?

Ehrlich gesagt glaube ich, dass die meisten Menschen gar nicht so genau wissen, wovon sie träumen, gar nicht wissen, was sie wollen oder wer sie wirklich sind. Denn all das sind Antworten auf Fragen, die man sich erst mal stellen muss.

Ich habe angefangen, mir diese Fragen zu stellen. Solche, mit denen man sitzen muss. Die einen etwas kosten – Zeit, Gedanken, echte Reflexion. Und Antworten zu finden. Solche, die wirklich etwas bewegen; die Richtung geben, Träume formen, Leben bringen.

Und ich verspreche euch: Die eigenen Antworten zu finden fühlt sich an, wie eine vorgezeichnete, schwarz-weiße Innenwelt farbenfroh bunt auszumalen, zu schattieren, Dimensionen zu gewinnen und zu erleben, wie es zu blühen beginnt. Denn all das ist ja in uns und wir dürfen es entdecken!

Ich glaube, wer sich selbst richtig gute Fragen stellt und sich ehrlich die Zeit nimmt, um Antworten zu finden, der läuft bewusster durchs Leben: bestimmter zu seinen Zielen, erfüllter von seinen Träumen und freier von Momenten des Zweifels: Denn dann weißt du, wer du bist, wohin du willst und wofür du lebst.

In diesem Journal stelle ich dir 137 Fragen; tiefe und weite, leichte und schwere. Und ich bin überzeugt, wenn du die Antworten darauf für dich kennst, dann lebst du nicht bloß ein volles Leben, sondern wirklich ein erfülltes.

*Hier sind 137 Fragen –
für ein Leben in Fülle.*

Von Herzen,

Jana




ONCE WAS
A LITTLE GIRL
WITH DREAMS,
NOW I AM
A WOMAN
WITH A VISION.

*SOLANG ICH
ATME, BIN ICH*

MIR SICHER:

GOTT HAT NOCH

WAS VOR!

The background is an abstract, textured composition of colors. It features deep blues and purples on the left side, transitioning into vibrant greens and light blues on the right. The colors are blended and swirled together, creating a sense of movement and depth, similar to marbled paper or a watercolor wash. The overall effect is organic and fluid.

The
journey
is on.

WAS DU IN
ANDEREN ENTFACHEN
WILLST, MUSS



IN DIR

BRENNEN.



We are
capable

OF ACCOMPLISHING
FAR GREATER THINGS
THAN FEAR TELLS
US WE CAN'T.

Faith
OVER FEAR.