

Semesterprogramm: Life worth living – was macht ein Leben lebenswert? (IWI)

Kontextmodul der Hochschule für Technik und Umwelt / Hochschule für Informatik

Was macht ein Leben lebenswert? Wie führt man ein gutes Leben und welche Form könnte es annehmen? Worauf kommt es wirklich an? Und wie können wir mit dem Scheitern umgehen? In diesem Modul gehen wir solchen Fragen nach, indem wir uns mit den Erkenntnissen und Ansätzen philosophischer und religiöser Traditionen sowie Übungen aus der Psychologie auseinandersetzen.

Wir laden Menschen aus verschiedenen Traditionen ein, die Auskunft über ihre Einsichten auf die Frage nach dem guten Leben geben werden. Das Modul soll letztlich Anregungen liefern für die eigene Auseinandersetzung mit der Frage, was ein Leben lebenswert macht.

Dozierende: Mirjam Duff (mirjam.duff@fhnw.ch) und Benjamin Ruch (benjamin.ruch@fhnw.ch)

Ort: Campus Brugg-Windisch

Struktur	Lektion	Datum / Zeit	Raum	Thema/Inhalte	Material /Aufträge
Block 1	1	28.2.26 9.15-16.00h	5.3C54	Einführung zur Frage nach dem guten Leben	<i>Material zur Vorbereitung:</i> Die Zeit Deines Lebens, Sendung «Unhappy», mit der Autorin Ronja von Rönne, arte. (26') «Philosophie ist eine Form der Zuwendung», Interview mit Omar Ibrahim, Hauptstadt.be, 13. Mai 2025. <i>Fakultativ:</i> John Strelecky: Das Café am Rande der Welt. Eine Erzählung über den Sinn des Lebens, 2017. David Foster Wallace: Das hier ist Wasser, Rede Abschlussjahrgang Kenyon College 2005.
			5.2P01 Forum	Gemeinsames Mittagessen Gutes Leben aus philosophischer Sicht Gespräch und Austausch mit Omar Ibrahim , Philosoph, philosophischer Seelsorger Erkenntnisse der Positiven Psychologie Einführung Gruppenarbeit	
Block 2	2	5.3.26 18.05-19.35h	5.2P01 Forum	Gutes Leben aus islamischer Sicht Gespräch und Austausch mit Arlinda Amity , Dozentin PH FHNW	<i>Material zur Vorbereitung:</i> SwissMuslimStories. So vielfältig sind wir: Muslime in der Schweiz, https://www.swissmuslimstories.ch/
	3	12.3.26 18.05-19.35h	5.1C59	Fokus Verbundenheit und Dankbarkeit Gruppendiskussionen in Halbklassen Vertiefung	<i>Material zur Vorbereitung:</i> Harvard psychiatrist Robert Waldinger on happiness: Big Think, 2024. (15') 2 Gruppen stellen ihre Erkenntnisse vor

Block 3	4	19.3.26 18.05-19.35h	5.1C59	Gutes Leben aus christlicher Sicht Gespräch und Austausch mit Christian Walti , Pfarrer Grossmünster Zürich	<i>Material zur Vorbereitung:</i> Bishop Rob Hirschfeld's remarks at a vigil for Renée Good (9') In Zürich der Not begegnen (Incontro, Sr. Ariane), Fenster zum Sonntag Magazin 2024 . (18')
	5	26.3.26 18.05-19.35h	5.1C59	Fokus Engagement und Charakterstärken Gruppendiskussionen in Halbklassen Vertiefung	<i>Material zur Vorbereitung:</i> Glück und Selbstvertrauen, Sendung «Unhappy», mit der Autorin Ronja von Rönne, arte . (26') 2 Gruppen stellen ihre Erkenntnisse vor
Block 4	6	2.4.26 18.05-19.35h	5.2P01 Forum	Gutes Leben aus buddhistischer Sicht Gespräch und Austausch mit Helmut Gassner , buddhistischer Mönch und Lehrer	<i>Material zur Vorbereitung:</i> Chönyi Taylor: Why study buddhism? Study Buddhism, 2018 . (6') Charok Lama: Improve Your Daily Life, Study Buddhism 2019 . (3')
	7	16.4.26 18.05-19.35h	5.1C59	Fokus Selbsterkenntnis und Achtsamkeit Gruppendiskussionen in Halbklassen Vertiefung Schlussreflexion	<i>Material zur Vorbereitung:</i> Radweltmeisterin Marlen Reusser: «Schmerz gehört zum guten Leben», SRF Sternstunde Philosophie, 2025 . (60') 2 Gruppen stellen ihre Erkenntnisse vor Abgabe Reflexion
		Testatbedingungen	<ul style="list-style-type: none"> · Aktive Teilnahme · Gruppenarbeit mit Erfahrungsbericht zu den Übungen, Lektüre und Diskussionsmoderation · Individuelle Schlussreflexion · Anwesenheitspflicht bei den Unterrichtseinheiten mit Gästen 		

Lektüre für Gruppenarbeit:

- Navid Kermani: Jeder soll von da, wo er ist, einen Schritt näher kommen. Fragen nach Gott, 2022.
- Jonathan Sacks: If I ruled the world. Bring back the sabbath – it holds society together, 2013.
- Eugen Drewermann: Ich, der um den Glauben ringende Mensch, in: Gott, wo bist du? 2021.
- David Foster Wallace: Das hier ist Wasser, Kenyon College 2005.
- Peter Bieri: Was wäre ein selbstbestimmtes Leben? In: Wie wollen wir leben, 2025.
- Gonsar Rinpotsche: Buddhismus. Eine Einführung, 1999.