

Was sind deine Wünsche 2020?

Kennst du deine innere Wahrheit?

Jeder lebt und hat seine innere Wahrheit. Niemand hat DIE Wahrheit gepachtet, denn jeder formt diese aus seinem Erlebten heraus. Sich selbst, seinen Werten und Prinzipien treu zu bleiben, und trotzdem ein offenes Ohr für neue Wege zu haben, zeichnet eine reife Persönlichkeit aus.

Erst wenn wir aufhören, uns mit anderen zu vergleichen, können wir uns mutig zum Ausdruck bringen. In der heutigen Folge gebe ich dir ein Bild an die Hand, das dir dabei hilft, dich noch besser kennenzulernen, um dann stolz deinen eigenen Weg zu gehen.

Mutig sein und sich selbst vertrauen

Ich finde: Es gibt nichts mutigeres, als du selbst zu sein. Und doch wird es immer wieder Menschen geben, denen dein Weg nicht gefällt. Oder die für sich selbst andere Entscheidungen treffen würden. Die Kunst ist, sich von den Meinungen anderer Menschen frei zu machen und sich selbst noch viel mehr zu vertrauen. Tun wir das nicht, ist die Gefahr groß, dass wir uns selbst verlieren und uns permanent anpassen. Kurzfristig mag das gut gehen. Langfristig jedoch, entsteht ein Gefühl von innerer Leere. Daher ist es wichtig, sich nicht von Zweifeln, Ängsten oder der Meinungen anderer aufhalten zu lassen und mutig seinen Weg zu gehen.

Wie aktivierst du deine innere Kraft?

Du kannst deine eigene innere Kraft aktivieren, wenn du aufhörst, bestimmte Verhaltensweisen zu zeigen, bzw. Denkmuster zu kultivieren. Zu oft im Leben geben wir unsere persönliche Power entweder an Andere ab oder machen äussere Umstände für unser Leben verantwortlich. Damit aber lassen wir eben genau diese Anderen oder die Umstände darüber bestimmen, wer wir sind, wie wir uns fühlen und was wir tun.

Wenn wir dies zulassen, leben wir am Ende an unserer eigenen inneren Wahrheit vorbei, was nicht selten zu Erschöpfung und innerer Leere führt.

Jede Wunde lässt sich heilen

Langsam neigt sich das Jahr dem Ende zu. Noch ist es Zeit etwas Neues zu beginnen und sich auf den Weg in eine bewusstere Zukunft zu machen. Wohin soll Deine Reise im 2020 gehen? Hast Du bereits Ideen? Möchtest Du einen neuen Weg für Dich gehen? Etwas tun, dass dich mit Liebe, Freude und Sinnhaftigkeit erfüllt?

In der vergangenen Woche habe ich mir ein paar Tage Zeit genommen, um mich zurückzuziehen und über das zu Ende gehende Jahr zu reflektieren und Weichen für die nächsten Wochen und Monate zu stellen. Wo will ich hin? Was ist mir wirklich wichtig? Wann bzw. bei welcher Tätigkeit fühle ich mich im Flow?

Für mich wichtige Fragen, die ich mir immer wieder stelle? Vielleicht sind es auch Fragen, die dich bewegen? Falls ja, schreib mir doch, was Dich bewegt und was Dir für die kommenden Wochen und Monate wichtig erscheint. Ich freue mich auf deine Zeilen.