

# Finde heraus, was du wirklich willst im Leben

Weißt du eigentlich, was du wirklich willst? Diese ist eine der Fragen, die ich beim Coaching immer als Erstes stelle. Warum? Tief im Inneren glaube ich, dass wir uns viel zu wenig mit unserem Wollen beschäftigen.

Ich glaube auch, dass wir alles im Leben haben was wir wollen. Wenn wir es nicht haben, dann wollen wir es nicht wirklich, auf einer oder auch auf mehreren tieferen Ebenen zumindest.

Vielleicht trauen wir uns nicht. Oder wir wollen es bequem haben. Eventuell glauben wir nicht genug an uns. Oder vielleicht ist es eine dieser „es wäre schön, wenn es mal passiert“-Sachen. Möglicherweise haben wir uns aber auch mit unserem Wollen noch nicht wirklich beschäftigt.

**"Ich glaube, dass wir alles im Leben haben was wir wollen. Wenn wir es nicht haben, dann wollen wir es nicht wirklich."**

***Andrej Uhrich***

Dem Letzteren kann man Abhilfe verschaffen. Also was willst du?

- Welche tiefen Wünsche hast du?
- Worüber tagträumst du manchmal, sprichst es aber niemals aus?
- Was würdest du wollen, wenn du Vollkommenheit, Glück und inneren Frieden in dir spüren würdest?
- Was würdest du wollen, wenn Gesellschaft und die Meinung anderer keine Rolle spielen würden?
- Was würdest du wollen, wenn „aber ich kann doch nicht“ aus deinem Wortschatz verschwinden würde?
- Welches „Wollen“ zeichnet sich als ein großes Grinsen in deinem Gesicht ab?

Wenn wir wissen, was wir wirklich wollen und wer wir wirklich sind, können wir unserem Leben viel leichter eine Richtung geben. Das Wollen muss sich übrigens nicht in Ziele verwandeln, aber es kann durchaus dein Fundament festigen. Und wenn du dann während deiner Reise zurückblickst und lächelst, wirst du dieses wohltuende Gefühl spüren. Dieses Gefühl fasst das Abenteuer Leben am besten zusammen. Für dieses Gefühl gibt es keine treffenden Worte gibt. Es ist unbezahlbar!

**"Wenn wir wissen, was wir wirklich wollen und wer wir wirklich sind, können wir unserem Leben viel leichter eine Richtung geben."**

***Andrej Uhrich***

Also folge deinem Wollen und lebe das Abenteuer Leben. Selbstbestimmung, Freiheit und Glück sind dir angeboren. Nutze das Abenteuer Leben als Spielwiese deiner persönlichen Entfaltung. Und wenn du noch nicht herausgefunden hast, was du willst, dann mache es am besten jetzt! ;)

Fühl dich gedrückt,  
Andrej

Quelle: [meditation-challenge.de](http://meditation-challenge.de) , © Andrej Uhrich