

## Es passt einfach alles!

Wenn alles passt, kommt ein Gefühl, das ähnlich ist, wie wenn wir verliebt sind: Wir denken beim Aufwachen und Einschlafen daran, und in diesem speziellen Übergangszustand (Alphaphase) kreieren wir sogar noch zusätzliche Ideen.

Wir können über uns hinauswachsen und trauen uns mehr zu als sonst. Wir wagen etwas, weil wir die Zuversicht haben, dass aus diesem Schwung heraus viel möglich ist. Das erleben zu dürfen ist ein Geschenk. Und gleichzeitig ein Hinweis darauf, dass wir mit unseren Begabungen und Kompetenzen genau am richtigen Ort sind. Ja, irgendwie hat das sogar mit dem Sinn unseres Lebens zu tun. Dafür sind Inspiration und Freude klare Hinweise.



A propos Freude: Wenn wir in einer positiven Stimmung sind, sieht die ganze Welt schöner aus und es kommen uns mehr positive Erinnerungen in den Sinn. Weil sich der Zugang zu diesen immer unseren Stimmungen anpasst. Und was wir mit unseren Erinnerungen tun können, sehen wir in der [Schreibstube](#).

Das Schöne ist, dass diese Inspiration und Begeisterung sich ausbreitet und uns die Arbeit auch in anderen Bereichen leichter macht. Wir kommen in einen Fluss und manchmal können wir sogar andere damit anstecken.

## Was aber, wenn das nicht so einfach gelingt?

Wenn es schon sehr lange her ist, seit wir dieses Gefühl erleben durften?

Dann geht es zuerst einmal darum, das anzunehmen, zu akzeptieren, dass es neben Licht auch Schatten gibt und neben Inspiration auch Nicht-Wissen, Unsicherheit, vielleicht sogar Langeweile. Aber genau diese Gefühle können Ausgangspunkt für etwas Neues und überraschend Gutes sein.

Wenn du nicht weisst, was du willst, ist alles mühsam. Wenn ich mein Ziel nicht kenne, finde ich den Weg dorthin auch nicht. Wenn wir so weitermachen wie immer, werden wir kaum neue Ergebnisse erschaffen. Da brauchen wir positive Veränderungen, die etwas auslösen.

So wie in meinem Lieblingskinderbuch von Janosch "O wie schön ist Panama", wo der kleine Bär und der kleine Tiger ihr Ziel "Panama" auf dem Holzbrett lesen und den Bananenduft riechen können. Sie schaffen es sogar, daraus einen Wegweiser zu zimmern. Jetzt wissen sie genau, wo es langgeht.

Das kannst du auch, das kann im ganz Kleinen beginnen: Such dir etwas aus, was du gerne tust oder früher gerne getan hast. Sei es Malen, Joggen, Meditation, Spazieren, Tanzen, Schreiben (schon wieder 😊!)... und tu es drei Wochen lang jeden Tag.

Versprich dir, dies auch konsequent durchzuziehen und dich davon nicht ablenken zu lassen. Damit stärkst du dein Vertrauen in dich selber, dein Selbstvertrauen.

Dies ist der Raum, wo dein Herzenswunsch sich zeigen darf. Aber lass dich während dieser Tätigkeit weder von Musik noch von Radio berieseln. Lass es einfach still sein um dich. Erlebe und genieße diese Stille und heiss die Gedanken willkommen, die dabei auftauchen. Lass dich berühren, denn irgendwann wird ein Fünkchen in

dein Herz springen und eine kleine Flamme anzünden. Noch zart zwar, aber da ist etwas, das durch dich Ausdruck finden und Freude in diese Welt bringen will.

Geh dieser Idee nach und bleib dran. Aber erwarte nicht, davon leben zu können, sonst ist der Druck zu gross. Finde heraus, wie du diese Idee in die Praxis umsetzen kannst. Und wenn du allein nicht weiterkommst, hol dir Unterstützung.

Und wenn du dein Ding

gefunden hast und alles passt,

tust du gut daran, dir Begleiter zu suchen, damit du dich auf deinem Weg nicht allein fühlst. Denn so wäre die Gefahr gross, bei einer Unsicherheit oder einem auftauchenden Hindernis wieder aufzugeben. Finde dein [Erfolgsteam](#), das dich unterstützt oder wieder motiviert, wenn du etwas zaghaft bist.

Denn dies ist eine wichtige Sache! Dafür bist du hier auf dieser Welt, dass deine Begabungen hineinfließen und Spuren hinterlassen können. Dass schon allein deine Freude die Welt bereichert.

Ich wünsche dir viel Erfolg und Freude dabei.

