



Wagen Sie es: Seien Sie voll und ganz
Sie selbst und haben Sie Träume!

Lebe nach deinem persönlichen, einzigartigen Plan.
Nimm all' deinen Mut zusammen, dein ganzes
Vertrauen, und vollende ohne Umschweife das,
wonach du strebst. Die Welt braucht deine Freude,
und du wirst sie nur dann finden, wenn du das realisierst, was
du wirklich bist.

**ES WAGEN, VOLL UND GANZ MAN SELBST
ZU SEIN UND TRÄUME ZU HABEN**


Stellen Sie sich folgende Fragen:


	EIN WENIG	OFT	IMMER	NIE
Bin ich mir selbst treu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Meinen Werten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Meinen Neigungen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Führen mich meine Handlungen zu dem, was ich wirklich will?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wage ich es, anders zu sein, als man es von mir erwartet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Habe ich in meinem Leben Raum gelassen, um echt und authentisch zu sein?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>


25


„Das Privileg deines Lebens ist es, du selbst zu sein.“


Joseph Campbell

 Liegen Ihre Antworten in der Mitte zwischen nie und ein wenig? Dann schreiben Sie auf, wie ein Gespräch oder ein Moment verlaufen würde, in dem Sie die Erfahrung machen, dass Sie nicht Sie selbst sind. Schreiben Sie anschließend den Verlauf eines Gesprächs oder eines Moments auf, in dem Sie voll und ganz Sie selbst wären.

 Wie würde es sich abspielen?

 Spielen Sie die beiden Szenen vor einem Spiegel nach, beobachten Sie Ihre Gemütsverfassung bei beiden Versionen und ... amüsieren Sie sich! Letztendlich ist es nichts weiter als ein Spiegel - jedenfalls im Moment noch.

 Sollten zwischen beiden Beschreibungen große Unterschiede bestehen, denken Sie einmal darüber nach, warum Sie sich so sehr von sich selbst abkoppeln ... Beschließen Sie gegebenenfalls, bestimmte Aspekte Ihres derzeitigen Lebens peu à peu zu ändern und den Mut aufzubringen, zunächst mit Ihren Angehörigen darüber zu sprechen. Setzen Sie diese Änderungen um, indem Sie sich selbst und die anderen dabei gleichermaßen respektieren.

 Schreiben Sie hier auf, was Sie beobachtet haben. Schreiben Sie auf, welchen ersten möglichen kleinen Schritt Sie tun werden.