

Artikel

„Der schnellsten Weg, die eigene Berufung zu entdecken“

erstellt von



Heidi Wellmann

***** Coach rund um Beruf(ung), Potentialentfaltung und GlücklichSEIN *****

**Lilienstraße 62a
68535 Edingen-Neckarhausen**

**www.ich-lebe-meine-berufung.de
www.kreative-jobfindung.de
<http://gluecklich-im-job.topcareer.de>**

Lassen sie sich inspirieren!

Herzliche Grüße
Heidi Wellmann

- Lebe Deine Berufung -

Der schnellste Weg, die eigene Berufung zu entdecken

Heute geht es mir um den **schnellsten Weg, die eigene Berufung zu entdecken**.

Bevor ich dieses Thema beleuchte, möchte ich jedoch erst auf genau das Gegenteil eingehen.

Vielleicht haben Sie schon zu diesem Thema eine Menge Bücher gelesen, Seminare besucht, Weiterbildungen absolviert, Coachings durchlaufen usw., aber Sie leben immer noch nicht Ihre Berufung? Warum ist dies so?

Gehen wir der Sache doch mal auf den Grund und machen das Ganze noch konkreter, indem wir uns einmal den beruflichen Bereich anschauen. Gerade im beruflichen Umfeld, z. B. in der „Bewerbungsphase“ neigen wir dazu, uns darauf zu konzentrieren, was der Markt so hergibt. Wir fragen: was wird den gesucht? Welche Qualifikation muss ich denn haben? Welche Fähigkeiten? Welche Softs Skills?

Und wenn wir den Markt ausreichend beobachtet haben und uns Ratschläge von Experten und Marktkennern eingeholt haben, wissen wir genau, wie wir uns verhalten müssen und was wir sein bzw. können sollten. Und nun können wir anfangen uns zu bewerben, indem wir uns für den Markt formen, was nichts anderes bedeutet, dass wir uns verbiegen und uns passend machen.

Leben wir so unsere Berufung? Wohl eher nicht. Heißt dies, wir kennen unsere Berufung nicht? Meiner Erfahrung nach, haben wir meist eine Ahnung davon, was unsere Berufung sein könnte und vielleicht haben wir dann auch eine Idee eine bestimmte Weiterbildung zu machen, z. B. als Heilpraktiker. Dies tun wir dann, um irgendwann festzustellen, dass ist aber dann doch nicht so ganz, das was ich wirklich möchte. Und schon höre ich mich denken: ich könnte ja noch eine weitere Ausbildung im Bereich geistiges Heilen machen ... oder lieber eine Ausbildung als Astrologe oder und dann vielleicht noch die oder die Weiterbildung, mit der Hoffnung irgendwann fertig zu sein und meine Berufung zu leben...

Erkennen Sie wo hier die Problematik bzw. die Herausforderung liegt?

Die Antwort ist im Grunde ganz einfach: wir suchen im Außen, wir konzentrieren uns auf den Bereich, welcher am wenigsten, bei der Fragestellung nach der eigenen Berufung, helfen kann. Und je länger wir da draußen suchen, desto mehr verhaften wir in diesen nichtdienlichen Strukturen, Denkmustern und Vorgehensweisen. Sie denken z. B. dass Sie unbedingt eine Ausbildung machen müssten... Muss das wirklich sein? Wer sagt das? Wer legt dies fest?

Nur mal als Beispiel: ich arbeite schon seit zig Jahren als Coach, aber eine Ausbildung habe ich in diesem Bereich nicht. Anfangs habe ich noch danach gesucht, aber immer hatte ich das Gefühl die Ausbildung passt nicht zu mir und außerdem war ich schon immer der Meinung, so wie ich das mache, macht dies keiner und das ist auch gut so, denn nur so kann ich authentisch sein und dem Coachee wirklich helfen, und zwar dann, wenn ich zulasse, dass ich meinem Gefühl folge und den Moment nutze, sprich wenn ich das was im Moment aus mir rauskommt auch rauslasse, anstatt einem bestimmten Konzept zu folgen.

Ich will ja gar nicht sagen, dass Sie ganz und gar auf Vorträge, Workshops, Weiterbildung, Coachings usw. verzichten sollten. Nein, darum geht es nicht, es geht viel mehr darum wie Sie diese Bereiche für sich selbst nutzt und wo Sie tendenziell Ihre Aufmerksamkeit hinrichten: nach außen oder nach innen?

M. E. ist es sehr hilfreich sich Inspiration im Außen zu holen aber im Grunde sollte unsere Aufgabe darin bestehen zu lernen auf unsere innere Stimme zu hören, also nach innen zu gehen und von innen nach außen zu gehen und nicht umgekehrt.

Ja, ja, werden vielen jetzt sagen! Ist schon klar. Das weiss ich doch.

Aber ist Ihnen das wirklich klar und bewusst. Suchen Sie Ihre Antworten tatsächlich im Innen, bei Ihnen selbst oder hoffen Sie immer irgendwie darauf, dass irgendwie doch jemand zu Ihnen sagt: Sie sind der geborene Heiler! Diese Aussage bzw. Antwort liegt in uns selbst, allerdings können wir sie meist nicht hören und wenn wir sie hören können, vertrauen wir ihr nicht. Wie schade, was geht da für ein Potential verloren ...

Die spannende Frage ist daher wohl: wie nehme ich meine innere Stimme wahr und lerne ihr zu folgen?

Meiner Erfahrung nach gibt es viele Möglichkeiten und Methoden nach innen zu gehen. Im Nachfolgenden seien nur ein paar erwähnt:

- Trainieren Sie in den nächsten Tagen, Ihren Impulsen zu folgen. Wenn Sie das Gefühl haben, in einen bestimmten Buchladen reingehen zu müssen, tun Sie es. Haben Sie das Gefühl, jemand bestimmtes anrufen zu wollen, tun Sie es. Haben Sie das Gefühl, eine Pflanze kaufen zu wollen, tun Sie es. Haben Sie das Gefühl, heute in einem anderen Restaurant, Essen zu wollen, tun Sie es. Haben Sie das Gefühl, einen anderen Weg, fahren zu wollen, tun Sie es. Folgen Sie Ihren Impulsen!

- Gehen Sie in die Stille, z. B. in einer Meditation und wenn Ihnen das noch nicht so gut gelingt, beginnen Sie mit einer Kurzmeditation, welche nur ein paar Minuten dauert und dann steigern Sie die Zeitspanne jeden Tag ein bisschen mehr.

- Gehen Sie raus in die Natur, denn diese stellt ein wunderbares Hilfs- und Heilmittel dar.

- Beginnen Sie Yoga zu praktizieren.

- Nutzen Sie einfache Atemtechniken um zur Ruhe zu kommen, z. B. Liebe einatmen, Liebe in jede Zelle Ihres Körpers bewusst fließen lassen und dann Blockaden ausatmen... Diese Atemtechnik ist ein wahres Wundermittel, um in die Stille zu kommen.

- Treten Sie ganz bewusst in den Dialog mit Ihrer inneren Stimme und führen regelmäßige Gespräche mit ihr, so „trainieren“ Sie das Vertrauen in Ihre innere Stimme.

- Analog zu dem Dialog kann auch die wunderbare Methode des Schreibens genutzt werden. Beginnen Sie zu schreiben, starten und pflegen Sie einen schriftlichen Dialog mit Ihrer inneren Stimme.

- Trauen Sie sich alleine und glücklich damit zu sein. Ich empfehle einen „Ich-Raum“ und zwar jeden Tag. Planen Sie bewusst jeden Tag, ca. 30 – 60 Minuten Zeit nur für Sie selbst ein und dann genieße Sie diese Zeit, in welcher Sie sich nur um sich selbst, vor allem um Ihre inneren Bedürfnisse kümmern.

- Vorgenanntes stellt nur einen Auszug aus den vielen Möglichkeiten und Methoden dar, um seine innere Stimme wahrzunehmen und ihr zu vertrauen.

- Erlauben Sie sich, Ihrer inneren Stimme zu folgen, jeden Tag ein bisschen mehr und mehr!

In diesem Zusammenhang möchte ich noch auf etwas Wesentliches hinweisen: es geht um Disziplin und zwar der Disziplin dranzubleiben und jeden Tag ganz bewusst daran zu „arbeiten“ die innere Stimme wahrzunehmen.

Und je disziplinierter Sie in diesem Thema sind, desto öfter nehmen Sie Ihre innere Stimme wahr und vertrauen ihr und dies bedeutet auch, dass Sie schneller bewusst IHRE Berufung wahrnehmen. Und dies ist doch Ihr Herzenswunsch und somit auch Ihr Herzensziel oder?

**Zu diesem Thema gibt es auch ein Video von Heidi Wellmann:
<http://youtu.be/ep6eQwgviHo>**

Herzliche Grüße
Heidi Wellmann



- Lebe Deine Berufung -

Mehr zu mir, Aktuelles, wie z. B. **Workshops, Seminare, Vorträge** <http://ich-lebe-meine-berufung.de/20.html>, das **Monatsgeschenk** <http://ich-lebe-meine-berufung.de/23.html>, ein **Plädoyer einer utopistischen Realistin** <http://ich-lebe-meine-berufung.de/34.html>. und eine Menge **Inspiration** finden Sie auf meiner Seite: www.ich-lebe-meine-berufung.de

© 2012 Heidi Wellmann / [ich-lebe-meine-berufung](http://ich-lebe-meine-berufung.de)

Dieser Newsletter kann für private Zwecke genutzt und auch weitergeleitet werden. darüber freue ich mich sehr. Auch kann er honorarfrei für Newsletter, weitere Online-Publikationen, Zeitschriften u. ä. verwendet werden. Bedingung hierfür ist, dass Sie mich Heidi Wellmann, als Autorin (bei selbst verfassten Artikeln) nennen und mir ein jeweiliges Belegexemplar an h.wellmann@topcareer.de senden. Danke!