



## **Willkommen zum „AlltagsAkrobatik“-Impuls vom 21. Januar 2012**

### **"Von wegen Ziele! - Von Wegen und Zielen -"**

„Du musst Ziele haben im Leben, damit aus Dir etwas werden kann!“ Schon in jungen Jahren werden wir darauf aufmerksam gemacht, wie wichtig es sei, sich Ziele zu stecken und diese konsequent zu verfolgen. Zu wissen, was man will. Auf etwas hinzuarbeiten. Und auch jetzt zum Jahreswechsel wird uns nahegelegt, uns zielbewusst neu auszurichten auf das neue Jahr. Dabei sollen unsere Vorhaben möglichst konkret ausgearbeitet sein. Mit Zeitrahmen und spezifischen Ergebnissen. „Wer nicht weiß, wo er hinwill, braucht sich nicht zu wundern, wenn er niemals dort ankommt.“ So lautet eine fernöstliche Weisheit.

Auf der anderen Seite hören wir: „Der Weg ist das Ziel!“ Und vielleicht haben Sie selbst schon die Erfahrung gemacht, dass wir monatelang, ja manchmal sogar jahrelang auf ein Ziel hinarbeiten. Auf einen Berufsabschluss, das Ende einer Weiterbildung, einen Kunden zu gewinnen, eine sportliche Leistung zu vollbringen oder endlich das Geld für eine besondere Anschaffung zusammen zu haben.

Wenn wir dann endlich unser Ziel erreicht haben, weicht das Glücksgefühl rasch einer Ernüchterung. Schnell wird der neue Zustand oder der erworbene Gegenstand zur Gewohnheit. Manchmal entsteht sogar ein Gefühl der Leere. Dann erinnern wir uns zurück an den – manchmal schwerlichen – Weg, den wir gegangen sind.

Oft gemeinsam mit anderen, in einer Gruppe von Menschen, die man während dieser Zeit liebgewonnen hat. Oft war es eine sehr intensiv gelebte Zeit mit Höhen und Tiefen, aber auch angefüllt mit großer Vorfreude auf DAS Ziel. Und wir denken: Trotz Anstrengungen war es eigentlich eine richtig gute Zeit! Ein Prozess des Wachsens und des Entstehens, in dem wir viel über uns selbst gelernt haben.

Wenn wir uns ganz und gar einlassen auf unseren Weg, spüren wir manchmal, dass ein anderes Ziel eigentlich viel passender und stimmiger wäre. Dass es eigentlich um etwas ganz anderes geht, als ursprünglich angenommen. Und das eigentlich Angestrebte verliert plötzlich seinen Reiz. Wir müssen uns entscheiden: Haben wir dann den Mut, unser altes Ziel fallen zu lassen? Oder halten wir weiter daran fest?

„Also was denn nun?“, werden Sie sich jetzt vielleicht fragen: Ziele setzen – oder es lieber gleich bleiben lassen? Ich bin der Meinung, beides zugleich ist wichtig. Sich etwas vorzunehmen – und dabei den Prozess zu leben, auszukosten und sich wirklich einzulassen. Ohne Ziel hätten wir uns nicht auf den Weg gemacht. Auch wenn wir vielleicht woanders ankommen, als geplant. Aber wir kommen an. Und da, wo wir landen, ist ganz bestimmt der richtige Platz.

**Ohne Ziel kein Weg. Und ohne Weg kein Ankommen. Dort, wo es schön ist.**

**Herzlichst, Ihre Tatjana Nuding**



### **Apropos „Wo es schön ist“...**

Wenn wir davon für uns eine Vorstellung entwickelt haben, können wir all unser Denken darauf hin ausrichten. Wir können eine enorme Kraftquelle in uns erschließen, die Kraft unseres Denkens. Um ein glückliches Leben, um UNSER eigenes Leben zu Leben.

Und damit möchte ich Sie herzlich einladen: zu meinem Abendvortrag am 25. Januar 2012 zum Thema „**Burnout beginnt im Kopf! Ein erfülltes, glückliches Leben auch...**“ Details erfahren Sie in unserer Rubrik "[Vorträge & Seminare](#)"

Und: Zu diesem Thema – meinem persönlichen Herzensthema – biete ich im Frühling auch einen Workshop an für alle, die in die Welt unseres Denkens tiefer einsteigen möchten.

**Und:** Diskutieren Sie mit in der [XING-Gruppe „Quantenspringerin“](#) im Forum „AlltagsAkrobatik“. Ich freue mich darauf!

Lesenswertes zu diesem und anderen Themen finden Sie auch in unserer [Mediathek](#)