



## Lebensmotivation

Jeder Mensch möchte im Leben etwas bewirken und erreichen. Personen, die ein Lebensziel haben, was bis zum Ende des Lebens erreicht haben möchten, besitzen eine große Motivation und einen starken Antrieb diesen Wunsch umzusetzen. Je zeitiger im Leben diese Lebensmotivation gefunden wird, desto mehr Zeit bleibt für die Umsetzung und desto mehr Zufriedenheit und Glücksgefühl entsteht.

Eine wirkliche Lebensmotivation erkennt man am Ausdruck eines Menschen, dem die Freude ins Gesicht geschrieben steht. Freude ist die Emotion des Herzens, deshalb spricht man auch bei den inneren Beweggründen von Herzenswünschen. Vor Begeisterung sprüht jemand, wenn er über seine innere Überzeugung, seinen Herzenswunsch spricht. Es werden dann auch keine Mühen gescheut, das Ziel umzusetzen und die Arbeit wird nicht als belastendes Übel erlebt.

Je größer ein Ziel ist, desto stärker ist der Antrieb, dann wird es Möglichkeiten geben, dieses in die Tat umzusetzen. Kennen Sie Ihre Lebensmotivation bzw. Ihren innersten Herzenswunsch, der pure Freude im Herzen auslöst, so, wie wenn Sie sich verlieben würden? Der Spaß am Leben und bei dem, was sie tun, wäre dann nicht mehr aufzuhalten.

Für alle, die ihr Lebensmotiv kennen, aber sagen: „Das ist unmöglich“, sei bewusst gemacht, dass im Wort **unmöglich**, das Wort **möglich** steckt. Der Mensch ist gewohnt immer in den gleichen Mustern zu denken, dann kommt stets das gleiche heraus. Wenn jedoch von einem anderen Standpunkt etwas betrachtet wird, sieht man Dinge, die vorher nicht zu sehen oder für unmöglich gehalten wurden.

Wenn Sie Ihre Lebensmotivation bzw. ihren Herzenswunsch herausfinden möchten und mehr Freude im Leben finden möchten, dann vereinbaren Sie einen Termin in meiner Praxis und fragen nach dem 1-A-Test.

Herzliche Grüße an alle Leser von **Kerstin Meier Cell-Re-Active-Trainerin**