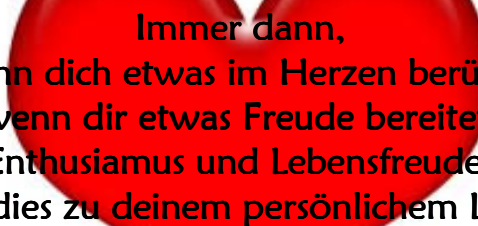


In 5 Schritten deinen persönlichen Sinn des Lebens finden

Lange Zeit hat mir niemand gesagt, dass jeder Mensch eine Lebensaufgabe hat. Zu Wissen, dass man eine Aufgabe im Leben hat und nicht nur einfach so auf die Erde gekommen ist, ist für den eigenen Lebenssinn schon sehr bereichernd. Denn dann kann man sich auf den Weg machen dieser Aufgabe zu finden. Steve Pavlina schlägt dazu folgende Übung vor; **den Sinn des Lebens in 5 Schritten erkennen:**

1. Löse dich von Zweifel, Angst und Kritik und öffne dein Herz
2. Nimm ein leeres Blatt zur Hand oder öffne ein neues Worddokument
3. Schreibe als Überschrift: "Was ist der Sinn des Lebens?"
4. Schreibe JEDE Antwort stichpunktartig auf, die dir einfällt
5. Tue Schritt 4 solange, bis dir die Tränen kommen

Emotionen und Gefühle sind ein Anzeichen dafür, was für dich bewusst oder unbewusst wichtig ist. Kommen dir bei einem bestimmten Punkt die Tränen, so hat dieser eine wichtige Bedeutung für dich. Dieses Thema solltest du nachgehen und mehr darüber erfahren oder dir in diesem Bereich Ziele setzen.



Immer dann,
wenn dich etwas im Herzen berührt,
wenn dir etwas Freude bereitet,
wenn du Enthusiasmus und Lebensfreude verspürst,
so gehört dies zu deinem persönlichem Lebenssinn!