

Ines Maria. Fischer

NACH EIGENEN SCHÄTZEN GRABEN – WANN, WENN NICHT JETZT?

Die Ereignisse der Monate seit März 2020 bis jetzt Anfang 2021 führten zu bis dahin unvorstellbaren Veränderungen. Für viele bedeuten sie einen nie da gewesenen Kummer in ihrem Leben – sowohl beruflich als auch privat.



MITTEN IM LEBEN AUSGEBREMST

Schon einmal im Frühjahr 2020 und erneut ab Herbst 2020 wird uns vieles von außen auferlegt, schränkt uns überraschend ein, erschüttert unsere Grundfesten. Nahezu alles bis dahin Gewohnte und Vertraute kommt weiterhin andauernd zum Stillstand. Ein Ende ist ungewiss.

Und nun? „Zwangsverordnet“ gewissermaßen, werden wir auf uns selbst zurückgeworfen. Wir werden dazu eingeladen, uns mit uns selbst zu beschäftigen. Wir erhalten die Chance, den Menschen in uns auf ungewohnte Weise kennenzulernen. Allmählich finden wir uns wieder und vielleicht auch „irgendwie“ zurecht. Langsam kommen wir zur Besinnung und ahnen, was all das möglicherweise auch beruflich bedeuten kann und für viele von uns auch schon zur Folge hatte.



WIE WEITER JETZT?

Während zunehmend Ablenkung und Lärm im Außen sterben, stirbt mit ihnen so manche berufliche Tätigkeit oder auch Existenz. Vieles von dem, was gerade geschieht, erleben wir als unerfreulich bis fatal. So manch Auferlegtes bleibt nicht nachvollziehbar und es entsteht der Eindruck, dass unser Lebensschiff mächtig in Schiefelage geraten ist. Verärgerung darüber oder Widerstände sind menschlich, doch meistens hinderlich, denn wir verausgaben unsere wertvolle Lebensenergie. Das nutzt auf die Dauer weder uns selbst noch anderen.

Wagen wir es, innezuhalten und still zu werden. Ganz still. Das „Geplapper“ in unserem Kopf allmählich ins Leere laufen zu lassen und einer, vielleicht noch nie in der Form da gewesenen, inneren Stimme zu lauschen – Ihrer Stimme – bevor Sie weitere, berufliche und damit ihr Leben beeinflussende Entscheidungen treffen.

EIGENEN ANKER WERFEN – SINNE SCHÄRFEN – BLICK NACH INNEN RICHTEN

Was sagt Ihnen Ihre innere Stimme? Lauschen Sie. Wann haben Sie sie das letzte Mal wirklich wahr und ernst genommen sowie auch auf sie gehört und entsprechend gehandelt? So ist der Zeitpunkt heute besonders günstig, endlich Ihren Spürsinn wieder aufzunehmen und zu fragen, ob das, was Sie beruflich tun oder getan haben, auch das ist, was Sie tatsächlich gerne tun oder wozu Sie sich berufen fühlen? Oder haben Sie längst derartige Wunschvorstellungen, schleichend oder resignierend, aufgegeben? Haben Sie seither nur noch funktioniert und Erwartungen anderer erfüllt? Dann ist jetzt Zeit, den Richtungswechsel vorzubereiten, indem Sie Ihre Einstellung zu den Dingen verändern, als die „letzte menschliche Freiheit“ (Viktor Frankl).

INNERE EINSTELLUNG ÄNDERN

Wir haben die Wahl, nun all unsere Sinne zu schärfen, unseren inneren Dialog an die Tagesordnung zu rufen um ihn auf eine neue Qualität zu heben, während wir den Fokus nach innen auf das richten, was uns wirklich wichtig ist. Uns zu trauen, erst einmal uns selbst gegenüber der Mensch zu sein, der wir wahrhaft sind. Mit allem, was zu uns gehört. Besinnen wir uns auf Einfaches zurück und erforschen die unendlich große Fülle in uns. Richten wir an uns selbst die wichtigsten Lebensfragen, auf die es ankommt, vorausgesetzt, wir sind auf authentische Antworten aus.

Wofür sind Sie zum Beispiel dankbar? Für Ihr Leben? Für das, was Sie bisher bewirkt haben – für sich, für andere, für die Welt? Wer war unterstützend an Ihrer Seite oder ist es weiterhin?

Gedanklich können wir dabei unser (Berufs-)Leben ohne Drama an uns vorbeiziehen lassen. Uns erinnern, welche Menschen und Entscheidungen uns besonders geprägt oder verändert haben. Vielleicht waren auch Berufsentscheidungen dabei, ohne dass Sie vorher wussten, ob Sie über die dafür notwendigen Fähigkeiten verfügen. Möglich, dass Sie in Ihrer Rückschau darüber staunen, wie sie manches geschafft oder gestemmt haben, das nicht zu schaffen schien. Welcher Ihrer Fähigkeiten haben Sie sich dabei (bewusst oder unbewusst) erfolgreich bedient? Würdigen und bejahen Sie zunächst all das, was Sie bisher gegeben haben oder auch das, was Ihnen gegeben wurde. Vielleicht stellen Sie fest, an manchen Stellen Ihres Lebens von Ihrem (Berufs-)Weg oder -Wunsch abgewichen zu sein. So richtig glücklich fühlen wir uns erst wieder, wenn wir spüren, wieder auf dem richtigen Weg zu sein. Wenn wir das, was wir tun, auch von ganzem Herzen gern tun, es uns sinnvoll erscheint sowie anderen nützt.

ZEIT FÜR DIE PERSÖNLICHE SCHATZKARTE

So wie kein Seeräuber von Format ohne seine Karte in See sticht, um nach dem vergrabenen Schatz zu suchen, so brauchen auch wir unsere Schatzkarte, um unserem Wunsch, wie wir leben, arbeiten und was wir bewirken wollen, näher zu kommen.

Demzufolge scheint es angebracht und notwendig, dass auch wir uns erst einmal unserer eigenen Schätze bewusst werden sowie unsere eigene Karte zur Orientierung fertigen, bevor wir freudig und leicht unsere Lebensreise fortsetzen. Besinnen Sie sich auf das, was Sie ganz persönlich ausmacht. Entdecken Sie Ihre Träume von damals und heute wieder. Ist ein roter Faden in Ihrem Leben erkennbar? Woran hatten oder haben Sie in Ihrem Job oder sonst besondere Freude oder worauf unbändige Lust? Was geht Ihnen leicht von der Hand? Wobei singt Ihr Herz und jubiliert Ihre Seele? Bemächtigen Sie sich wieder Ihrer Freiheit und graben Sie nach Ihren inneren Schätzen, im Geheimen ohne Druck, ohne fremde Kommentare oder Erwartungen anderer. Vertrauen Sie wieder sich und Ihren Gefühlen sowie Impulsen. Sie sind wichtige Wegweiser, ebenso wie Ihr Körper und was er Ihnen für Botschaften sendet.

Malen Sie Ihre eigene „Schatzkarte“, bevor Sie praktische Entscheidungen abwägen und Ihren Weg nach draußen, für andere sichtbar, fortsetzen. Wagen Sie in Ihrem Tempo neue, erste kleine Schritte bevor Sie, mit dem was Sie zu geben haben, an Bord eines Schiffes, das in die richtige Richtung fährt, anheuern. Denn egal wie groß ein Schiff (oder ein Unternehmen) auch sein mag, wenn es in der falschen Richtung unterwegs ist, können wir uns nur sehr begrenzt in unsere richtige Richtung bewegen.

ANKER LICHTEN UND „AHOI“

Zu lernen, wer man ist und auf sich zu hören, fühlt sich richtig und gut an. Davon ausgehend sind wir gestärkt wieder in der Lage, von Neuem aufzubrechen, uns auf den Weg zu begeben, der uns entlang unserer Schatzkarte Halt gibt und führt. Gehen und geben wir aus uns selbst heraus. Jeder Mensch hat etwas, das er zu geben hat und was andere brauchen. Nicht jeder findet bewusst seine Berufung und kann dennoch glücklich sein in dem Beruf, den er ausübt.

Ines Maria. Fischer ist Impulsgeberin, Practitioner für angewandte Kommunikations- und Veränderungsmodelle sowie für angewandte Hypnose, Charisma-Techniken und Coaching, Trainerin/Mediatorin, Dipl.oec., weitere Informationen unter www.wieder-gluecklich-im-job.de oder Tel. 030- 5315 4320 sowie per Mail unter InesMaria.Fischer@wie-weiter.jetzt