

## **Wie finde ich zu dem, was *ich* will?**

Was will ich eigentlich? Immer wieder ist uns sehr klar, was wir *nicht* wollen; Manchmal wissen wir auch deutlich, was wir wollen – aber oft ist das nicht so klar. Vielleicht können wir noch deutlich unterscheiden, was andere von uns erwarten – aber aus den vielen Stimmen in uns diejenige herauszuhören, in der sich unser Eigenstes zu Wort meldet: das ist nicht so einfach...

Können uns die Gefühle hierbei Klarheit geben? Sie sind sicher gute Wegweiser zum Eigenen – aber sie können auch das späte Echo früher Erwartungen sein; dann trennen sie uns vielleicht eher von unserem eigenen Wollen...

Die Kunst, die inneren Stimmen mit den sie begleitenden Gefühlen zu unterscheiden, um Klarheit für das eigene Wollen zu finden, lässt sich üben. Auch die Festigkeit, mit der wir unser Wollen dann vertreten, können wir stärken. Dazu soll Hilfestellung gegeben werden.