

So verwirklichst du
deine Träume auf
die weibliche Art



KERSTIN Wiesauer

Höher, schneller, weiter ... um deine Ziele zu erreichen brauchst du Disziplin, Willensstärke und eine riesige Portion Eigenmotivation. Fokussiere dich, arbeite deine To-do-Liste ab, analysiere jeden deiner Schritte. Und wenn du schon dabei bist, auch gleich alle deine Blockaden ... Kommt dir das bekannt vor? Die Bücher und Seminare der bekannten Motivationstrainer sind voll davon. Doch es handelt sich dabei rein um die männliche Art der Zielerreichung.

Dass es auch eine weibliche Art der Zielerreichung ... intuitiv, sinnlich und spielerisch leicht ... gibt, das ist vielen nicht einmal bekannt. Dabei ist genau sie es, die den Unterschied macht!

Denn, dass du deine Träume in die Tat umsetzen willst, bedeutet eben nicht, dass du früher aufstehst und später schlafen gehst, pflichtbewusst deine ewig lange To-do-Liste abarbeitest, dich immer weiter antreibst, täglich mit deinem Schweinehund kämpfst und die hundertste Technik oder logische Strategie ausprobierst, um deine Ziele endlich zu erreichen. So erreichst du nur eines: nämlich dass du leer und ausgebrannt an der Ziellinie stehst. Mit dem festen Glauben: „Ziele erreichen ist schwer und mühsam“.

Es darf auch leicht gehen!

Vor ein paar Jahren war ich noch Juristin. Und habe meine Träume ebenfalls mit Zielstrebigkeit, Analysieren und Disziplin verwirklicht. Heute mache ich das auf die weibliche Art und würde nie wieder zurück wollen. Denn ich habe mir damit mein Traumleben erschaffen. Mit meinem Herzensbusiness, in dem ich nicht nur tue, was ich wirklich liebe, sondern dabei auch komplett flexibel und ortsunabhängig bin und fantastischen Reisen durch die Welt.

Bist auch du bereit für dein Traumleben?

KERSTIN Wiesauer

Dann schau dir gleich mal an, wo du deine Träume noch auf die rein männliche Art verwirklichst und wie stattdessen die weibliche Art aussehen würde:

- ✓ Benutzt du die Strategien anderer, um deine Ziele zu erreichen? Zum Beispiel „Wenn du verkaufen willst, musst du eine E-Mail-Liste haben. Die baust du folgendermaßen auf ...“ oder „Wenn du 5 Kilo abnehmen willst, musst du Laufen gehen. Und zwar 3x in der Woche für 45 Minuten mit Intervalltraining“. Was davon macht dir wirklich Spaß? Der weibliche Weg zu deinen Zielen bedeutet ganz viel Hingabe! Nur noch das zu tun, was wirklich deins ist und dir mordsmäßig viel Spaß macht. Alles, was kein „Hell YES!!!“ ist, ist ein No und fliegt raus!
- ✓ Vertraust du deiner Intuition? Fühle immer wieder in dich hinein: Was tut dir gerade gut? Was fühlt sich richtig an? Wohin zieht es dich? Was sollte der nächste Schritt auf dem Weg zu deinen Träumen sein? Alle Schritte, die du rein logisch durchdenkst, machen deinen Weg zum Ziel schwer und ziehen Zweifel nach sich. Mache ich das Richtige? Auf dem weiblichen Weg zu deinen Zielen hüpfst du von einer intuitiven Eingebung zur nächsten und spürst gleichzeitig eine tiefe innere Ruhe in dir. Du fühlst: Genau so soll es sein. Genau das soll ich tun.
- ✓ Wie steht's um dein Kiefer und deinen Nacken? Sind diese ganz verspannt, weil du verbissen deine To-do-Liste abarbeitest und dir keine Pausen gönnst? Weiblich ist, den Weg zu deinem Ziel zu genießen. Mit täglicher Me-Time, die du mit allem füllen kannst, was dir gut tut: Yin Yoga, einem Nachmittagsschläfchen, einer besonders guten Schokolade, einem aufregenden Date, einem inspirierenden Buch ...
- ✓ Manchmal frage ich mich, ob der Hintern mancher Personen schon ganz blau ist von den vielen Tritten, die sie sich selbst jeden Tag geben, um

KERSTIN Wiesauer

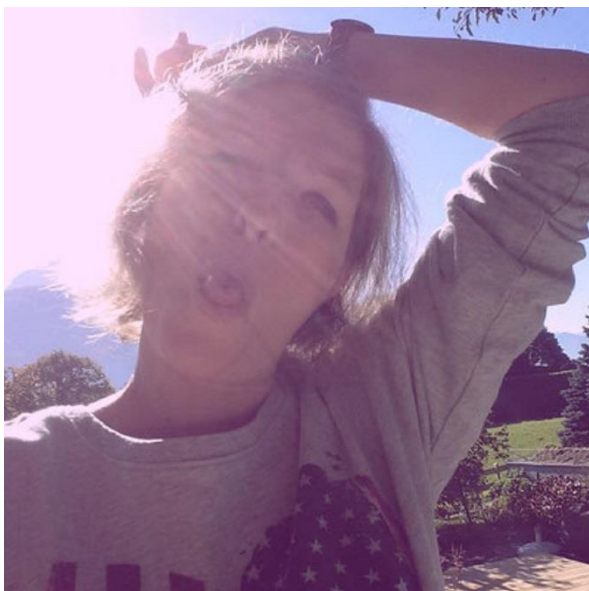
sich weiter anzutreiben. Der weibliche Weg führt direkt raus aus der Perfektionismus-Falle und macht deinen Schweinehund zu deinem besten Freund, der dich nicht mehr länger sabotiert, sondern sogar bei der Verwirklichung deiner Träume unterstützt. Denn du kannst gleichzeitig liebevoll mit dir sein und in Windeseile dein Traumleben erschaffen.

- ✓ Geldblockaden, Erfolgsblockaden, Energieblockaden ... wir könnten auf dem rein männlichen Weg zum Ziel unser ganzes Leben lang damit beschäftigt sein, Begrenzungen aufzulösen. Denn Probleme sind ja zum Lösen da! ☺ Und alles, was der von uns begrenzten Bahn zum Ziel entgegensteht, ist so ein Problem. Dabei übersehen wir völlig, wie unbegrenzt wir sind. Wie frei. Und welche Möglichkeiten wir haben. Krasse negative Glaubenssätze aus dem Weg schaffen: JA. Aber dann nicht in einen Auflösamarathon verfallen und nicht mehr damit aufhören.
- ✓ Ich mach mir die Welt, wie sie mir gefällt! Wo folgst du festen Plänen und Strukturen? Welche Regeln hältst du ein, obwohl du sie unsinnig findest? Mach dir deine eigenen Regeln und bring damit ganz viel spielerische Leichtigkeit und Kreativität in deinen Alltag.
- ✓ Wenn du A machst, folgt B, dann C und dann bist du am Ziel. Wehe, das Leben wirft dir ein P oder ein V in den Weg. Nein, dein Weg zu deinen Träumen ist fix und du kontrollierst auch ganz genau, dass alles so läuft wie es soll. Hört sich das nicht anstrengend an? Weiblich ist es, dein ganzes Wesen auf offenes Empfangen einzustellen und dich über die Geschenke und Möglichkeiten zu freuen, die dir das Leben schenkt. Denn vielleicht ist Z ja viel besser als das C, an dem du so lange krampfhaft festgehalten hast!
- ✓ Bist du ein Mäuschen oder eine Löwin? Ziele zu erreichen bedeutet nicht, ein Problem nach dem anderen zu lösen, im Dramaland auf der Gefühlsachterbahn Dauerschleife zu fahren oder einfach nur zu

KERSTIN Wiesauer

funktionieren wie ein gut geöltes Getriebe. Es bedeutet, deine Innere Kraft zu entfachen, deine Grenzen gegenüber Energieräubern zu wahren, und deinen wahren Wert zu erkennen und zu feiern.

- ✓ Bist du übermäßig im Tun und glaubst, etwas leisten zu müssen, um Erfolg zu haben? Packe lieber deine weibliche Unwiderstehlichkeit aus und ziehe auf magische Weise genau jene Personen, Dinge und Situationen in dein Leben, die dir dabei helfen, deine Träume zu verwirklichen.
- ✓ Werde ich mein Ziel erreichen? Wer bin ich überhaupt, dass ich glaube, dass ich das schaffe? Alle anderen sind viel schlauer, besser und toller als ich. Und schwupps, schon versuchst du dich zu beweisen. Doch das ist anstrengend! Deshalb ist der weibliche Weg von einem starken Mindset geprägt. Von einem tiefen Glauben an sich selbst. Von einem Ruhen in der eigenen Mitte. Du weißt was du kannst und wie toll du bist. Und weil du danach lebst, verwirklichst du deine Träume ganz automatisch, ohne dass du dich irgendwo beweisen musst.



Hast du den Unterschied gemerkt? Alleine beim Lesen der obigen Zeilen fühlst du die Leichtigkeit und Freude des weiblichen Weges zu deinen Träumen.

In meiner Facebook-Gruppe [Intuitiv, sinnlich & leicht zu deinem Ziel](#) bekommst du deshalb zahlreiche Live-Trainings von mir mit sofort umsetzbaren Tipps für den weiblichen Weg in dein Traumleben. Ich freu mich darauf, dich dort zu sehen!

Alles Liebe

Deine Kerstin