

---

## Bring deinen Traum zurück ans Licht

- 3 Tipps wie es dir gelingen kann -

Man hört oft Sätze wie "Entdecke deinen Traum", "Träume werden wahr" oder „Träume nicht dein Leben, lebe deinen Traum“...

Wenn man andere Menschen das so sagen hört ist es, als ob jeder einen Traum haben müsste! Ich denke, es ist wirklich so!!

### **Nur...wo ist er hin?**

Dieser Artikel kann dir helfen, dein verloren gegangener Lebenstraum ans Licht zu bringen. Das ist der erste Schritt.



Erst wenn du dich erinnerst was du für dich als Lebenserfüllend gewünscht hast, mit welcher Vorfreude du daran gedacht hast und wie glücklich du bei der Vorstellung warst, was aus dir werden sollte, wirst du wissen ob du es erreicht hast.

Jeder von uns hat irgendwann mal ein Bild oder ein Gefühl von sich gehabt, was es später werden wollte. In jüngeren Jahren sind wir noch viel enger mit unserem inneren Kern verbunden und spüren viel klarer was uns gut tut, oder nicht.

(Vorausgesetzt die Kindheit verlief einigermaßen emotional gesund).

Und dennoch kollidiert früher oder später unser Traum mit der Realität da draußen.

---

---

Du hörst Sätze wie „Du träumst viel zu hoch“, „verdiene erst mal Geld, dann kannst du träumen“ usw. (Ich wage zu behaupten das diejenige die das sagten, auch nicht die Chance hatten den eigenen Lebenstraum zur verwirklichen).

**Nun, wenn du das öfters gehört hast, wirst du irgendwann begonnen haben daran zu glauben.**

Und der Traum der sich einst so gut angefühlt hat, über den du gerne nachgedacht hast und der dir möglich erschien, verließ dich irgendwann. Und so auch die Kraft die er dir gegeben hat. Die erste Reaktion die einen Mensch hat wenn was bedroht wird, was ihm wichtig ist, ist es zu schützen. So macht er das Einzige was er in dem Fall tun kann: in Sicherheit bringen, weg packen.

Aber...nur weil dein Traum für die sichere Aufbewahrung verpackt ist bedeutet das nicht, dass er nicht mehr existiert.

Es könnte sogar sein, dass er die ganze Zeit versucht deine Aufmerksamkeit zu bekommen, was sich oft in einer unterschwelligen Unzufriedenheit mit dem aktuellen Leben äußert!

Wenn du jemals die Vorstellung hattest, dass es im Leben mehr dazu gehört als nur über deinen Traum zu sprechen, ist es jetzt an der Zeit das weggepackte sanft zurück ans Licht zu bringen. Du kannst dir jetzt sagen: "Dafür brauche ich aber viel Geld" oder „ich habe Angst zur versagen also lieber nicht versuchen“ oder...oder....

Letztendlich bleibt die Frage: „Was würde ich aus meinem Leben machen wenn ich meinen Traum im Vordergrund stehen würde?"

Wenn wir älter werden werden wir einerseits pragmatischer, andererseits ängstlicher. Aber wenn du deinen Traum „entpacken“ willst, geht es nicht um die Praktikabilität.

**Es geht erst mal nur darum, dich zu erinnern und die Kraft zurück zu holen.**



---

Diese 3 Tipps könnten dir dabei helfen:

1 - Gib dir Raum um die Frage zu stellen „Was würde ich mit meinem Leben machen wenn ich meinen Traum im Vordergrund stehen würde?“ und mit dieser Vorstellung zu spielen. Der Verstand wird hier versuchen die Machbarkeit deiner Vorstellung zu bezweifeln aber darum geht es nicht; sondern nur um den Raum den du deinen Träumen anbietest. Also, einfach nur mit der Möglichkeit spielen und deine Fantasie frei laufen lassen. Gib dir die Erlaubnis wieder einmal zu träumen und wenn du das tust, träume GROß!

2. Beurteile deinen Traum nicht. Es gibt keine Skala auf der Träume gemessen werden. Mit anderen Worten, ein Traum ist nicht besser oder schlechter als ein anderer Traum. Dein Traum ist DEIN Traum! Wenn du als achtjähriger davon geträumt hast das Leben und den Lebensraum von Leguane zu studieren, ist dein Traum vielleicht genau das und was du tun musst, um dich wunderbar zu fühlen und ein Leben zu leben, das du bedeutungsvoll findest.

3. Geduld üben. Träume brauchen Zeit um sich zu entfalten, besonders wenn du für eine Weile nicht träumen dürftest. Manche Menschen kennen ihren Traum schon sehr früh. Für andere ist es wichtig offen und neugierig zu bleiben und im Fluss des Lebens die Entfaltung des Traumes beobachten, sich Zeit nehmen, dem Leben Zeit lassen. Unser physischer Körper ist uns hier von großer Hilfe so zu sagen als Kompass, da er uns immer signalisiert, wenn die Richtung in die wir uns im Leben bewegen nicht stimmt. Höre auf deinen Darm, auf dein Herz, auf deine Seele und vertraue auf die Antworten.

Es kann einige Zeit dauern, bis dein Traum sich offenbart.  
Deshalb ist der letzte Tipp HAB GEDULD ganz wichtig.

**Es lohnt sich zu warten den es gibt einen Grund, warum du genau diesen Traum hast.**

In dem großen kosmischen Lebensbild dient dein Traum dem ganzen Leben auf dieser Erde. Wenn du deinen Traum nicht lebst, fehlt deinen Beitrag an den Rest von uns.

"Es liegt ein Riese, der in jedem Mann schläft. Wenn dieser Riese erwacht, geschehen Wunder." Frederick Faust

Ich hoffe, dir einen Impuls zum nachdenken gegeben zu haben und um einer deiner verborgenen Ressourcen zu aktivieren.

Herzlichst,  
Roxana Jaffé

---

*Integrative BewusstSeinserweiterung©*

[www.roxanajaffe.de](http://www.roxanajaffe.de)

Mobil: +49 (0) 151 212 482 14

[praxis@integrative-bewusstseins-erweiterung.de](mailto:praxis@integrative-bewusstseins-erweiterung.de)