



# Entscheidungsfreiheit. Yay.

Wenn wir in der Selbstverantwortung ankommen - dann ist das großartig. Dann gibt das so viel Freiheit im Umgang mit Angst, mit Unsicherheit, mit Fragen. So viel Frieden.

Doch das bedeutet auch: No excuses.

An so einem Punkt bin ich gerade. Wir sind in Portugal, an der Sonne und suchen 'unser' Haus. Aber wo finden? Wo anfangen? Wo aufhören? Vielleicht doch nach Spanien? Vielleicht doch eine Gemeinschaft gründen?

Es sind so viele Optionen, dass ich in den dunklen Momenten mich in mein 'altes' Opferbewusstsein zurückwünsche: ich muss ja eh. Ich hab ja keine Wahl.

Was das Entscheiden so schwer werden lässt, ist die Frage dahinter: Was ist mir wirklich wertvoll in meinem Leben? Worum geht es? Was ist jetzt dran? Was kann ich als Risiko eingehen - und was nicht?

Da hilft es, die Prioritäten aufzuschreiben und zu gliedern: Was ist wichtig in meiner Entscheidung? Warum? Und falls es ganz schwer fällt - wenn ich morgen tot wäre, was würde ich weniger bereuen?

Entscheiden lernen ist meiner Meinung nach etwas sehr Wichtiges auf dem Weg aus der Erziehung, denn es ist das Ende der Schuld und der Anfang des Bewusstseins, dass ich nur das Hier und Jetzt beeinflussen kann. Jetzt. Und Jetzt. Und immer wieder.

Ich wünsche dir eine entscheidungsfreudige Woche (und mir auch...)!

Deine Ruth