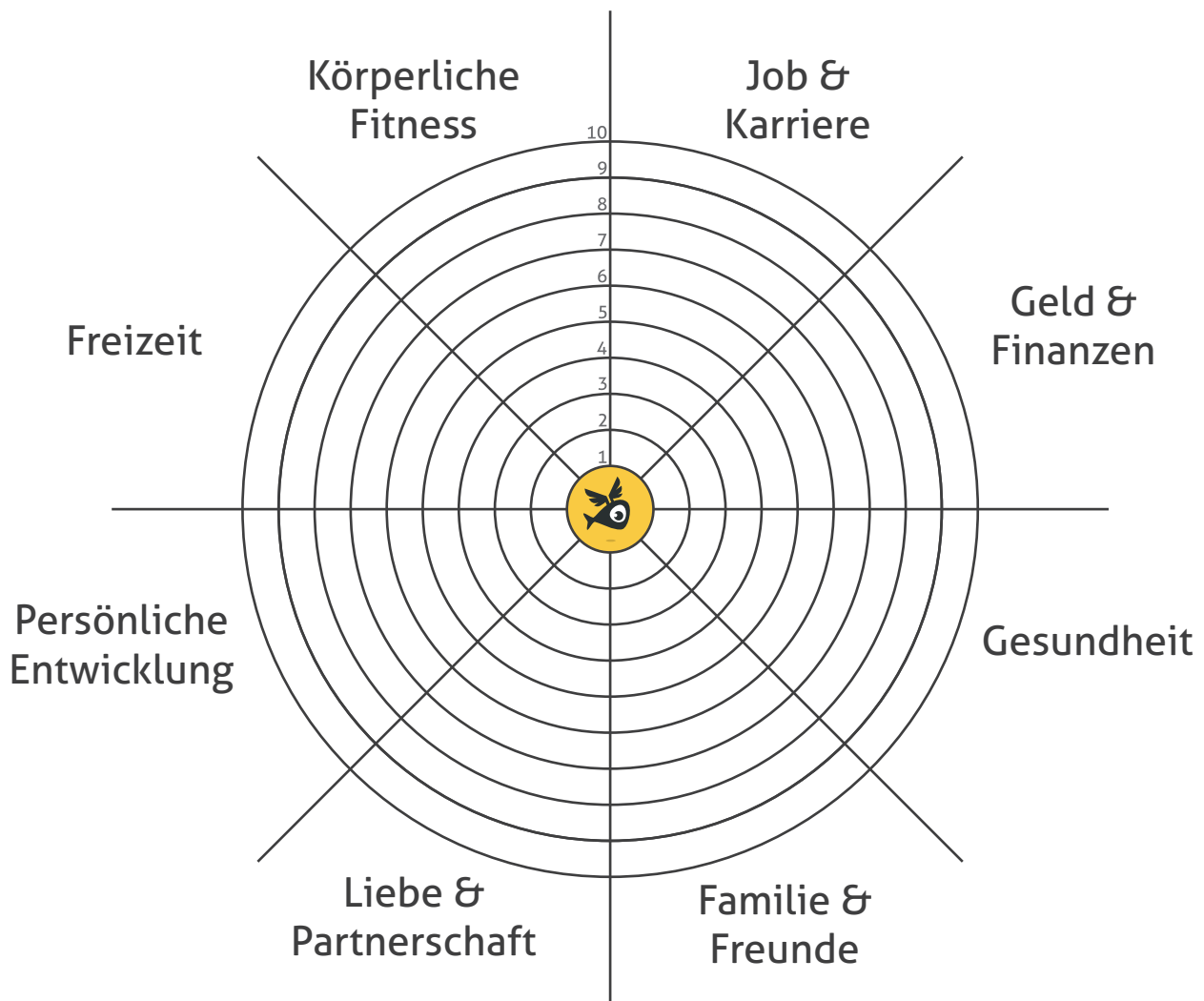


# Rad des Lebens



Das Rad des Lebens hilft dir zu erkennen, in welchem Bereich deines Lebens es noch nicht so läuft, wie du es dir wünschst. Denn: Ein Rad kann nur rollen, wenn es rund ist. Schätze die einzelnen Bereiche deines Lebens auf dem Rad ein und mache immer dort ein kleines Kreuz, wo du deiner Meinung nach stehst. In der Mitte ist die Ausprägung bei Null, wenn du dort dein Kreuz setzt, bist du mit diesem Bereich sehr unzufrieden. Der äußere Rand steht für 100 Prozent – also volle Zufriedenheit.

Wenn du für jeden Bereich deines Lebens ein Kreuz gemacht hast, verbinde diese. Wie sieht das Ergebnis aus? Würde dein Rad rollen, ist dein Leben „rund“ und somit alles in Balance? Oder hast du noch viele holprige Kanten in deinem Lebensrad?

Wenn es rund ist und nahe an den Außenrand kommt, dann herzlichen Glückwunsch. Wenn nicht, dann kannst du nun die Bereiche anschauen, in denen du noch viel zu nahe an der Mitte bist. Wahrscheinlich wirst du in genau diesen Themen viele einschränkende Glaubenssätze haben.