

Ta reda på vad du vill fylla ditt liv med

En förutsättning för att vårt liv ska kunna bli meningsfullt och så som vi vill ha det, är att vi börjar med oss själva och ta reda på vad vi vill. För att få en tillvaro som vi trivs med, så måste vi släppa fokus på vad andra tycker och tänker och ställa oss själv frågorna som leder fram till att vi kan leva det liv vi vill ha och drömer om:

Vad vill jag att mitt liv skall gå ut på? Vad vill jag att meningen med mitt liv ska vara?

Vilket är det första steget jag tänker ta för att närma mig mitt mål?

Finns det någonting eller någon som jag behöver välja bort?

Finns det någon jag vill involvera i mitt beslut?
