Stefan Dederichs®
Unternehmer-Redner-Autor

Formular:
Was wolltest du schon immer mal tun?

Du bist der Architekt deines Lebens. Dein Leben führst du in erster Linie für dich. Nicht als Egoist, sondern als ganzheitliches Wesen.

Was sind die zehn Dinge, die du bisher immer mal machen wolltest, aber aus verschiedensten Gründen nicht gemacht hast?

Es gibt Situationen im Leben, in denen man sein eigenes Ich zurückschrauben muss. Vielleicht musst du dich um jemanden kümmern, der krank ist. Vielleicht gibt es finanzielle Sorgen, vielleicht bedarf deine Firma oder deine Familie deiner vollen Aufmerksamkeit. Das ist alles in Ordnung, wenn es sich um eine absehbare Zeit handelt. Ansonsten musst du einen Weg finden, Zeiten für dich unterzubringen - Zeiten, in denen du ganz du sein kannst. Sonst bleibst du auf der Strecke und kannst deine Aufgaben nicht mehr erfüllen. Es gibt immer einen Weg, du musst ihn nur suchen und den ersten Schritt machen.

Oft werden Menschen erst dann wach, wenn es zu spät ist, wenn sich Krankheiten entwickeln und das Leben nachhaltig beeinflussen. Achte auf deine Gesundheit, indem du Zeit für dich einplanst. Du brauchst diese Phasen zwischendurch, der eine mehr, der andere weniger. Außerdem wirst du produktiver und leistungsstärker. Die Zeit für dich ist ein wichtiger Glücksmacher. Unterschätze ihn nicht!

Nimm dir nun ein festes Datum vor, bis wann du diese Punkte umgesetzt haben möchtest. Schreibe das Datum jeweils hinter den Satz und fokussiere es. Notiere dir zusätzlich, was dein Impuls für die Umsetzung ist. Warum möchtest du diese Dinge so gerne machen, was treibt dich dazu an? Lege diese Liste an einem Ort ab, wo du sie regelmäßig einsehen kannst. Prüfe, was du bereits umgesetzt hast oder welche Wege du beschreiten könntest, um diese Dinge umzusetzen.

Datum

1) .....

.....

2) .....

.....

3) .....

.....

4) .....

.....

5) .....

.....

6) .....

.....

7) .....

.....

8) .....

.....

9) .....

.....

10) .....

.....