

Klarheit

Heute gehe ich einen Schritt auf dieses grosse Ziel zu:

Ich bin ein großartiger Partner für meine Freundin.

Dafür setze ich besonders diese Stärken ein:

Ich bin achtsam, geduldig, liebevoll und offen

Überlege Dir welchen Sinn der heutige Tag haben soll. Welchem mittel- oder langfristigen Lebenstraum widmest Du diesen Tag? Da sich solche Träume und Ziele nur langsam ändern, ist es völlig in Ordnung, wenn Du hier oft die selben einträgst.

Welche deiner persönlichen Stärken helfen Dir heute deine Zielvorstellung zu verwirklichen? Wähle höchstens vier und stell Dir vor auf welche Weise Du sie gewinnbringend einsetzen könntest.

Diese Übung erfordert, dass Du dir deiner persönlichen Stärken, Werte und Ziele schon bewusst bist. Falls Dir diese noch nicht absolut klar sind, empfehle Ich Dir in die Bücher reinzulesen, die am Ende des Buches für diese Übung aufgelistet sind.