

Coaching 2.0

Gratis Letter: Montags Motivation



Einen wunderschönen guten Montag und herzlich willkommen in dieser sonnigen Osterwoche! :-)

Ich hoffe, Du hattest ein paar schöne Ostertage und hast die Zeit wirklich für Dich genutzt - hast Deine Batterien aufgetankt, viel im Sönnchen gegessen, die Zeit mit Menschen verbracht, die Dir wirklich wichtig sind, viel Zeit mit Dir selbst verbracht! ;-)

Oder bist Du eher von einer "Pflichtveranstaltung" zur nächsten gedüst?! Zu Terminen, wo Du eigentlich gar nicht so wirklich hinwolltest, wo Du aber trotzdem hingegangen bist "weil man das halt so macht"?! Klar, gibt es immer einige Dinge, die man wirklich nicht absagen kann (und Du weißt ja, welche das für Dich sind... ;-)) - doch "müssen" wirklich all diese "Pflichtveranstaltungen" sein?!

Was ist mit Dir?! Was ist mit Deiner Zeit?! Mit Deinen Vorlieben und Wünschen!? Mit dem, was Du gerne tun würdest?! Nutzt Du Deine Zeit?! Oder ist es "Pflichtveranstaltungs-Hopping"?! ;-)

Warum ich das frage?! Ganz einfach weil es so wichtig ist! Denn es geht um viel mehr als nur um die 4 Ostertage. Es geht auch um die anderen 361 Tage im Jahr. Was machst Du da?! Nutzt Du Deine Zeit?! Tust Du das, was Du wirklich tun willst?! Verbringst Du die Zeit mit den Menschen, die Dir wirklich am Herzen liegen?! Kümmerst Du Dich um Dich?! Um Dein Selbst?! Oder ist Dein Leben eine "Pflichtveranstaltung"?!

Wie gesagt, es gibt immer Dinge, die man vielleicht erst einmal tun muss - doch es geht um den Grossteil Deiner Zeit - um den Grossteil Deiner Entscheidungen. Was fängst Du mit Deiner Zeit an?! Was tust Du jeden Tag?! Fühlt es sich an wie Dein LEBEN?! Oder wie der Weg raus aus der Pflichtveranstaltung hin zu DEINEM Leben?! Oder ist ein grauer Einheitsbrei - jeder Tag gefüllt mit Dingen und Menschen, die Du nicht wirklich haben willst?!

Wer entscheidet, was Du jeden Tag tust?! Entscheidest Du selbst?! Oder lässt Du andere Menschen die Entscheidungen für Dich treffen?! Denn wenn Du Dich vor den Entscheidungen drückst, dann werden andere Menschen für Dich treffen. Und sie werden bestenfalls so treffen, dass sie so entscheiden, dass Du bekommst, was sie glauben, was gut für Dich ist. Doch das stimmt häufig nicht mit dem überein, was tief in Dir ist,

Coaching 2.0

Gratis Letter: Montags Motivation



oder?!

Warum bin ich so eindringlich heute?! Was ist los mit Dir André?! Waren die Eier nicht gut?! ;-)

Doch die Eier waren spitze, doch mir ist wieder einmal klar geworden, dass so viele Menschen gar nicht ihr eigenes Leben leben. Dass sie sich in einen kleinen grauen Betonbunker zurückgezogen haben, auf dem in grossen hässlichen Lettern "Alltag" steht. Alltag. All das, was diese Menschen nicht wirklich wollen - aber trotzdem jeden Tag tun. Jeden Tag nicht nur zu dem kleinen Teil der notwendig ist, Kompromisse eingehen. Sondern ihr Potential völlig verleugnen. So tun, als hätten sie gar keine Wahl. Vielleicht kennst Du ja solche Menschen auch...

Ich habe eine gute Nachricht für Dich: Wir werden alle sterben. Die einen früher, die anderen später, je nachdem. Doch irgendwann kommt der Tag, an dem es vorbei ist. An dem diese Runde vorbei ist. Die 90 Minuten sind rum und der Schiri pfeift ab. Vielleicht gab es noch 2 Minuten Nachspielzeit, aber dann ist das Spiel vorbei... klar gibt es ein neues Spiel, doch dieses hier ist erst einmal vorbei.

Und dann kommt der grosse Moment der Wahrheit. Die Rückschau. Was hast Du gemacht aus Deinem Leben?! Hast Du all die Gelegenheiten genutzt?! Die Gelegenheiten, zu lernen, zu wachsen, zu lieben?! Die Gelegenheiten, Fehler zu machen, Dich zu blamieren und so noch mehr zu lernen?! Die Gelegenheiten genutzt und wirklich Liebe in die Welt gebracht?! Die Herzen der Menschen berührt?! Ihnen gesagt, Ihnen gezeigt, wie sehr Du sie wirklich liebst?! Deine Freunde in Ihren Herzen berührt?!

Hast Du die Gelegenheiten genutzt, die Schönheit in dieser Welt zu erkennen - sie in Dich aufzunehmen und Dein Herz daran erfreuen zu lassen?! Hast Du an den Blümchen geschnüffelt, wenn sich die Gelegenheit ergab?! Hast Du gelernt, das Jetzt und Hier zu geniessen, Dein Geist völlig frei und klar - einfach nur sein und das Leben spüren?!

Hast Du Dein Leben genutzt und so viel gelacht, wie es ging?! Dein Herz bei sich jeder bietenden Gelegenheit geöffnet?! Mit Kindern gespielt?! Diese besonderen Momente genossen?! Hast Du das getan, was Du WIRKLICH tun wolltest?! Warst Du mutig und hast Entscheidungen

Coaching 2.0

Gratis Letter: Montags Motivation



getroffen, die vielleicht im ersten Moment nicht einfach waren, die Dich aber so viel weiter gebracht haben?! Hast Du Deine Komfort-Zone verlassen?! Hast Du das Meer gesehen?! Die Klarheit erlebt?!

Mit was waren Deine Tage erfüllt?! Mit Lachen, Freude, Spaß, Liebe oder mit Langeweile und Frust!? Wie war Dein Leben!? Wie IST Dein Leben?!

Denn wir haben jetzt die unwahrscheinlich riesige Gelegenheit noch Kurskorrekturen vorzunehmen! Die Tür aufzumachen und rauszugehen. Neues zu entdecken. Mutig zu sein. Unser Herz zu öffnen. Dinge zu probieren. Auf die Nase zu fallen und wieder aufzustehen. Etwas zu riskieren, an uns zu glauben. Verrückt zu sein! :-)

Denn es gibt keinen grösseren Schmerz als den des Bedauerns. Das Bedauern, das sich einstellt, wenn man sein Leben nicht genutzt hat. Wenn man merkt - ich habe mich von meinen Ängsten aufhalten lassen, wirklich der Mensch zu sein, der ich hätte sein können. Ich hätte so viel Glück, so viel Liebe, so viel Spaß erleben können, wenn ich mich nur etwas geöffnet hätte... wenn ich etwas mutiger gewesen wäre... wenn ich mich für mein Gefühl entschieden hätte... Vielleicht bin ich deswegen so eindringlich heute... ;-) Denn das ist etwas, das ich Dir definitiv ersparen will!! :-)

Denn Dein Leben bietet so viel mehr!! Was willst Du Deinen Enkeln mal erzählen?! ;-)

Ich weiss, dass Entscheidungen oft sehr sehr sehr viel Mut verlangen, grade wenn es um grössere Dinge geht, doch der Lohn für diesen Mut ist immer so unermesslich gross - das Leben wird sich so sehr verbessern, wie Du es Dir bis jetzt vielleicht noch gar nicht vorstellen kannst!! ;-)

Doch auch Du hast all dieses Potential in Dir! Auch Du kannst ein glückliches Leben führen. Ein Leben voller Liebe. Ein Leben voller Lachen. Die Tür öffnen und all die Schönheit entdecken und erleben. Das tun, was Du wirklich tun willst. Die Zeit mit den Menschen verbringen, die Dir wirklich am Herzen liegen. Ein Leben voller Harmonie, Gesundheit, Wohlstand und Ausgeglichenheit. Es ist alles hier. Und es ist alles für Dich hier. Du musst es Dir nur nehmen. Dich trauen, Dein altes Gepäck loszulassen, damit Du die Hände und die Seele frei hast für die neuen wunderschönen Dinge, die ab jetzt in Dein Leben kommen können.

Coaching 2.0

Gratis Letter: Montags Motivation



Du bist so ein besonderer Mensch und Du bist so unendlich wertvoll, so ein wunderschönes Wesen, dass Du viel viel viel mehr verdient hast als eine "Pflichtveranstaltung". Du hast es verdient, genau das Leben zu leben, das Du wirklich leben willst. Es ist Dein ganz natürliches Recht als Wesen. Du musst Dich einfach nur dafür entscheiden. Selbst die Entscheidung dafür treffen. Einfach an Dich glauben und Deine eigenen Entscheidungen treffen.

Dann wirst Du merken, wie sich mehr verändern kann, als Du bisher dachtest, das überhaupt möglich ist. Es ist alles für Dich da! Nimm es Dir, Du hast es verdient. Das hier ist Dein Leben. Es ist für Dich. Du bist hier um glücklich zu sein, um zu lernen, zu wachsen und zu lieben.

Es ist Dein Leben. Heute. Es beginnt genau hier in diesem einen Augenblick. Welche Entscheidung triffst Du?!

Schreib mir unter <http://changenow.de/montags-motivation>

Ich wünsche Dir einen gesegneten Start in das Leben, das Du wirklich leben willst - in das Leben, das Du schon immer verdient hattest - und das Du Dir jetzt nehmen kannst. Es ist Dein Leben. Dein Tag. Feier ihn! :-)

Alles Liebe und viel Segen für Dich

Dein André