

---

## Mein persönlicher Seinzustand

Die nachfolgend hier beschriebenen Schritte werden Dir Helfen Deinen persönlichen Seinzustand, Deine Vision, Deinen Purpose (Lebenszweck) zu ermitteln. Es ist wichtig den persönlichen Seinzustand zu kennen, denn dieser erhöht die Chance auf die persönliche und finanzielle Freiheit ganz erheblich.

Eine gute Methode den persönlichen Seinzustand zu ermitteln besteht darin die Antwort auf die folgende Frage zu finden: **Worauf habe ich keinen Bock?** Dabei kannst Du wie folgt vorgehen:

- 1) Falte ein DIN A4 Blatt Papier vertikal in der Mitte, sodass Du zwei Spalten bekommst.
- 2) Über die linke Spalte schreibst Du die Frage: **Worauf habe ich kein Bock?**
- 3) Über die rechte Spalte schreibst Du den Satz: **Darauf habe ich Bock...**
- 4) Anschließend notierst Du in der linken Spalte alles, worauf Du keinen Bock hast. Denk nicht darüber nach. Schreib einfach alles nieder, was Dir in den Kopf kommt. Schreib einfach alles auf und ergänz die Liste bei Bedarf im Laufe der nächsten Tage oder Wochen. Erst, wenn Dir nichts mehr einfällt gehst Du zum nächsten Schritt über.
- 5) Geh jetzt die Liste in der linken Spalte durch und fass ähnliche Punkte unter einem Hauptpunkt zusammen. Wenn Du z. B. feststellst, dass Du ungern die gleichen Dinge immer wieder machst, dann solltest Du diese langweiligen, wiederkehrenden Dinge unter dem Hauptpunkt „Ich habe kein Bock die gleichen, langweiligen Dinge immer wieder zu tun“ zusammenfassen. Und so weiter...
- 6) Wenn Du die Liste in der linken Spalte wie beschrieben erstellt und überarbeitet hast, geht es ans eingemachte. Nun geht es darum in der rechten Spalte das genaue Gegenteil von den Punkten aus der linken Spalte festzuhalten. Auch hier solltest Du nicht groß darüber nachdenken und einfach das Gegenteil von dem was Du nicht magst in der rechten Spalte notieren. Wenn Du z. B. wie oben beschrieben keinen Bock darauf hast immer wieder die gleichen Dinge zu machen, dann lautet das Gegenteil davon: Ich habe Lust immer wieder neue Dinge zu lernen und auszuprobieren. In diesem Fall weißt Du jetzt bereits, dass Du Dich in Zukunft mit neuen, kreativen Dingen beschäftigen solltest. Keine Angst. Was das im Einzelnen genau ist ergibt sich dann auf dem Weg zu Deinem persönlichen Seinzustand.

Wenn Du den sechsten Punkt in dieser Liste erfolgreich gemeistert hast, dann weißt Du bereits wo sich ungefähr Dein Seinzustand befindet. Du hast die grobe Richtung ermittelt. Jetzt musst Du nur noch vom Sofa aufstehen und in diese Richtung losmarschieren. Wenn Du z. B. wie oben beschrieben feststellst, dass Du Dich gerne mit neuen, kreativen Dingen beschäftigst, dann solltest Du nach Möglichkeiten (Berufe, Berufungen, Jobs, Tätigkeiten, etc.) Ausschau halten, die Dir genau das bieten.