

Teil 2 Textdokument „Vision“

Ihre Vision spiegelt Ihre Idealvorstellung Ihres Lebens wider. Ist sie erst einmal formuliert, richten Sie all Ihre Entscheidungen und Handlungen im Alltag danach aus.

Wenn Sie ohne Reiseziel und Flugticket zum Flughafen fahren, dann machen Sie eine Reise ins Irgendwo oder Nirgendwo. Sie benötigen eine Richtung und eine Entscheidung, wohin die Reise gehen soll.

Wenn Sie Ihre Vision für sich aufdecken, benennen und vor Augen haben, zieht diese Vision Sie automatisch in ihre Richtung. Ihre Vision begeistert Sie und andere, sie ist voller Gefühle und inspirierend. Sie gibt Ihnen Kraft, Mut und Energie, sie macht Ihnen und andere Freude.

Mit Ihrer Vision vor Augen treffen Sie Ihre Entscheidungen bewusster und zielgerichteter, immer ausgerichtet auf die Erfüllung Ihrer Vision, so dass die Vision zum Ziel wird und schließlich zur Realität in Ihrem Leben.

Dabei ist Ihre Vision eine direkte Reflektion von dem, was Ihnen wirklich vom Herzen her in Ihrem Leben wichtig ist. Es ist Ihre Idealvorstellung von sich, Ihrem Umfeld, den Menschen, mit denen Sie sich umgeben, Ihre Tätigkeiten, all Ihrer Lebensumstände.

Sie gibt das große Bild Ihres idealen Lebens wieder: *Your big picture*.

Dabei ist wichtig zu wissen, dass Ihre Vision bereits in Ihnen angelegt ist, ein Teil von Ihnen ist, sie braucht lediglich aufgedeckt werden. Die Vision muss nicht erst von Ihnen in irgendeiner Form neu kreiert werden.

Ihre Vision kann sich über die Jahre verändern und vergrößern:

„Das was früher unmöglich erschien, ist heute Normalität.“

Sie entspricht Ihrem jeweiligen Entwicklungs- und Erfahrungsstand. Wenn Sie die Vision für sich erkennen und formulieren, dann ist sie auch zu 100% realisierbar. Es ist alles für Sie angelegt, sonst würden Sie es nicht wahrnehmen können.

Nachdem Sie Ihre Vision aufgedeckt und formuliert haben, benötigt es einen realistischen Plan für die Umsetzung.

Daher ist der nächste Schritt, Ihre Vision in entsprechende Ziele zu unterteilen. Ziele sind die spezifizierten Schritte auf dem Weg zu der Erfüllung Ihrer Vision. Die Ziele werden dann noch in Handlungsschritte unterteilt (mehr dazu in Teil 3 Zielsetzung).



Der Unterschied von Vision und Ziele:

Eine Vision ist eher ungenau, das große Bild Ihres Lebens, voller Gefühle, inspirierend, es begeistert Sie.

Ziele sind die Schritte auf dem Weg zur Vision, sie sind detailliert, spezifisch, messbar und durch eigenes Handeln erreichbar. Manchmal machen sie keine Freude, sondern sind einfach nötig.

Beispiel:

Meine Vision war es unter anderem stark spirituell verbunden zu sein mit allem was ist.

Ein Ziel auf dem Weg dorthin war es, täglich zu meditieren (in die Stille zu gehen).

Ich plante meine Handlungsschritte: In diesem Falle wählte ich einen Platz, eine Uhrzeit und eine Zeitdauer für die Meditation aus. Zu Beginn 5 Minuten, damit es für mich auch als ersten kleinsten Handlungsschritt realisierbar und umzusetzen war. Dann wurde die Zeitdauer länger und die Meditation zu einer täglichen Praxis, die ich nicht mehr missen möchte. Dieses Ziel war ein wichtiger Schritt auf dem Weg, meine persönliche Vision im Bereich der Spiritualität/Lebenssinn Realität werden zu lassen.

Und nun werde ich Sie durch einen kleinen inneren Prozess führen, wo Sie für sich bezüglich Ihrer Vision des von Ihnen ausgewählten Lebensbereiches mehr Klarheit gewinnen werden. Laden und drucken Sie sich dazu das Arbeitsblatt "Vision- und Zielsetzungsreise" aus. Legen sich das Blatt und einen Stift parat und hören Sie sich das dazugehörige Audio „Vision und Zielsetzungsreise“ an. Hierzu sollten Sie ungestört sein und die Möglichkeit haben, die Augen zu schließen.

Ich wünsche Ihnen eine wunderschöne Reise.