Übung
"Sie haben noch 1 Jahr zu leben"

Machen Sie sich bewusst, was Ihnen wirklich wichtig ist im Leben. Was schieben Sie aber immer wieder auf später auf.

Schreiben Sie einfach alles auf, was Sie noch machen würden, wenn Sie fix nur noch 1 Jahr zu leben hätten. Mit den selben Bedingungen wie bisher. Also kein Lottogewinn, oder sonst irgend eine drastische Veränderung.

Was würden Sie tun? Beruflich, privat, welche aufgeschobenen Vorhaben würden Sie verwirklichen?