

Wissen ist gut, Handeln ist besser!

Erstrebenswertes Wissen

Identifiziere Wissen, das du grundsätzlich für erstrebenswert hältst, jedoch bisher noch nie umgesetzt hast.

Widersprüchliches Handeln

Entlarve dein widersprüchliches Handeln, das von deinem erstrebenswerten Wissen vollkommen abweicht.

Deine Angst

Stelle dich deiner Angst, die die Umsetzung deines Wissens verhindert.

Deine Maßnahmen

Überlege dir 2-3 Maßnahmen, die du ergreifen kannst, um deine Angst zu besiegen.

1.

2.

3.

Dein Aufbruch

Fang genau jetzt an, zu handeln ... getreu dem Motto von Mark Twain: „Do the thing you fear most and the death of fear is certain.“

Du brauchst an dieser Stelle nichts mehr aufzuschreiben. Beginne einfach damit, deine 2-3 Maßnahmen zu ergreifen.