



Meinen Lebens-Traum - schriftlich festhalten und laufend ergänzen.

Vom Lebens-Traum zur Lebens-Vision



Ich visioniere mein ideales Leben

Nimm Dir Zeit für Deine Träume, ...



Lebens-Weisheiten, Sprüche und Zitate - Ein Service der Amicas Lebensschule -
www.lebensschule.at/lebensweisheiten

...denn sie sind der erste und sehr wesentliche Schritt in die erfolgreiche Lebensplanung zur Realisation der eigenen **Lebens-Vision**.

Lebens-Weisheiten, Sprüche und Zitate - Ein Service der Amicas Lebensschule -
www.lebensschule.at/lebens-weisheiten - www.lebensschule.at/2422.0.html

Träume nicht Dein Leben sondern Lebe Deinen Traum



Lebens-Weisheiten, Sprüche und Zitate - Ein Service der Amicas Lebensschule -
www.lebensschule.at/lebensweisheiten

Nimm Dir Zeit für Deinen **Lebens-Traum** und entwickle daraus Deine **Lebens-Vision** (= das große Gesamtbild, das, wofür Du auf der Welt bist!)

Lebens-Weisheiten, Sprüche und Zitate - Ein Service der Amicas Lebensschule -
www.lebensschule.at/lebens-weisheiten - www.lebensschule.at/5047.0.html

„Nimm Dir Zeit für Deinen Lebens-Traum, denn ein Traum ist unerlässlich, wenn man seine Zukunft gestalten will.“

Such Dir einen schönen Platz zum (Tag-)Träumen.



Such Dir einen schönen Platz zum (Tag-)Träumen

Ein schöner Platz in der Natur, in Deinem Garten, auf Deinem Meditations- oder Yogaplatz, auf Deinem Balkon, in einer Parkanlage oder sonst wo. Du sollst Dich auf jeden Fall wohl fühlen und am besten ungestört sein.

Mach wieder Platz in Deinem Leben für Deine Träume, denn Sie weisen Dir Deinen Weg in Dein persönliches Lebensglück.

- Zuerst musst Du Deine Träume kennen.
- Was lässt Dein Herz höher schlagen?
- Deine Träume sind Teil Deiner Persönlichkeit und sagen viel über Dich und was Du mit Deinem Leben anfangen willst, aus.
- Nimm Deine Träume ernst und halte sie immer schriftlich fest als [Rohinfosammlung](#) für die erfolgreiche, systematische Lebensplanung.

Schreib Deine Träume auf

Indem Sie Ihre Träume und Ziele auf Papier festhalten, setzen Sie den Prozess in Gang, die Person zu werden, die Sie am liebsten sein möchten. Legen Sie Ihre Zukunft in gute Hände - Ihre eigenen.

Indem Du Deine Träume aufschreibst, machst Du Dir klar, was in Deinem Leben wichtig ist. So kannst Du nach und nach die Spreu vom Weizen trennen und förderst auch Deine Kreativität.

Schreib einfach, was Dir einfällt, ohne es in Deinem Kopf vorher zu sortieren.



Schriftliche Denken - das Aufschreiben

Wer sich nicht rechtzeitig "Die Kernfrage in der Lebensplanung zu seinem Lebens-Glück" = „Wie soll mein Leben idealer Weise laufen, so dass ich mich wirklich glücklich fühle und zwar ab morgen bis zu meinem Tode? (Infokarte)

...beantwortet, läuft Gefahr, dass ihm im Leben "Die Zeit davonläuft das Leben zu führen, das man führen möchte"



(= Die Kernfrage in der Lebensplanung zum Lebens-Glück)

Die Antwort auf die wohl wichtigste Frage in meinem Leben ergibt sich automatisch durch die Erstellung von meinem [persönlichen Lebensplan](#) - in meinem [Lebens-Handbuch \(online\)](#) - mein systematischer Weg zu meinem [Lebens-Glück](#)

Lebens-Traum

Im Rechtschreibduden wird "Lebens-Traum" erklärt als ...etwas, was sich jemand im Leben als Schönstes erträumt!



Mein Lebens-Traum

Träumen ist eine Lebensqualität

Viele Innovationen sind durch mutige Menschen entstanden, die an Ihre Träume und Visionen geglaubt haben und bereit waren sie zu verwirklichen.

Alle diese Menschen haben eins gemeinsam:

Sie haben sich von Kritikern, negative Stimmen und Miesmachern nicht demotivieren lassen.

- Träume lassen Dein Herz höher schlagen.
- Träume sind Dein Wegweiser.
- Träume geben Dir Impulse.
- Sie lassen Dich ahnen, zu was Du fähig bis. Sie zeigen Dir, was Deine Leidenschaft auf Deiner Lebensreise ist.

Wichtig ist, dass Du an sie glaubst und in jeder Situation Entscheidungen triffst, die Dich Deinen Träumen näher bringen.

Träumen allein reicht leider nicht aus

Erst die Möglichkeit, einen Traum zu verwirklichen, macht unser Leben lebenswert. (Paulo Coelho, Der Alchimist)



Lebens-Erkenntnisse - Ein Service der Amicas Lebensschule -
<http://www.lebensschule.at/lebens-erkenntnisse>

Nimm Dir Zeit für Deinen **Lebens-Traum** und entwickle daraus Deine **Lebens-Vision** (= das große Gesamtbild, das, wofür Du auf der Welt bist!)

Lebens-Erkenntnisse - Ein Service der Amicas Lebensschule -
<http://www.lebensschule.at/lebens-erkenntnisse> - www.lebensschule.at/12298.0.html

Aber warum scheitern die meisten daran und legen irgendwann Ihre Träume und Visionen in ihrem Lebensarchiv ab?

Hier ein paar Dinge, die Dich an der Erfüllung Deiner Träume hindern können:

- Du verlierst Dich in Deinen Träumen, anstatt sie als konkrete Vision zu verwirklichen
- Dir fehlt die Bereitschaft, Risiken einzugehen
- Du möchtest schlechte Gefühle und schwierige Situationen vermeiden
- Du gibst immer anderen die Schuld (Regierung, System, Medien, Eltern) für den Verlauf Deines Lebens
- Du hast Angst vor Kritikern und Neidern

- Du hast Angst vor Scheitern und Frustration
- Du willst/kannst Deine Komfortzone nicht verlassen

Wenn Du beginnst ...

...Deine **Lebens-Vision** zu realisieren, dann wirst Du

- Dir **Lebens-Ziele** setzen,
 - kurzfristige,
 - mittelfristige und
 - langfristige Ziele,

die Dich der Realisation dieser Vision immer näher bringen sollen bzw. werden.

Wenn Du dann schrittweise..

...diese **Lebens-Ziele** erreichst, dann kommst Du immer mehr in die glückliche Lage, Dir auch Deine **materiellen und immateriellen Wünsche** schrittweise erfüllen zu können

Das ist die richtige Reihenfolge:

1. Es beginnt alles mit Deinem **Lebens-Traum**. (= Die Summe von Träumen in Deinem Kopf).
2. Indem Du Deine Träume klar beschreibst, führt Dich das zu Deiner **Lebens-Vision** (Vision kommt von Sehen.).
3. Diese führt in ihrer systematischen Umsetzung (= **Aktivitäten-Plan**) zu Deinen **Lebens-Zielen** und das Erreichen dieser Ziele macht es Dir möglich,
4. Dir auch Deine **Wünsche** - schrittweise - erfüllen zu können.

Es ist so einfach, man muss die Dinge nur richtig auf die Reihe kriegen.

Lebens-Traum > **Lebens-Vision** > **Lebens-Ziele** > **Lebens-Wünsche**

Die Aufgabenstellung



Die Aufgabenstellung

- Bring Deinen ganz persönlichen **Lebens-Traum** zu Papier.
- Versuche dabei, Dein aktuelles Leben in **Lebensbereiche** einzuteilen. (Job, Gesundheit, Partnerschaft, Beruf, Soziale Kontakte, etc.) - blocke Deine Notizen.
- Nimm das Ergebnis zum **Erstanalysegespräch** mit Deinem **Lebens(glücks-)coach** mit.

[Weiter zur > "SOLL-Situations-Analyse" für diesen Bereich](#)

"Rückblick Lebens-Traum" - So war mein ideales Leben!

Download weiterer Unterlagen und Infobroschüren (Freier Zugang)



"Meinen Lebens-Traum"- schriftlich festhalten und laufend ergänzen. Vom Lebens-Traum zur Lebensvision

