

Lebens-Inventur (Teil II: Anfang Januar)

Legen Sie Ihre Notizen von **Teil I** (in einer verschlossenen Mappe) bereit und durchlaufen zuerst folgende zwei Schritte:

1. Schritt

Beantworten Sie alle Fragen noch einmal. Dieser Durchgang geht wesentlich schneller als der erste in der Weihnachtswoche. Dies muß auch so sein, weil Sie sich heute (im Januar) an viele Details erinnern, die Sie beim Bearbeiten von Teil I sorgfältig durchdacht haben.

2. Schritt

Legen Sie jetzt Ihre Notizen vom ersten Durchgang daneben und vergleichen Ihre Antworten/Assoziationen Frage für Frage. Achten Sie dabei auf folgende Aspekte:

Gemeinsamkeiten und direkte Parallelen

Identische (sehr ähnliche) Reaktionen zeigen, daß Ihre Antwort im ersten Durchgang nicht das Resultat einer momentanen Stimmung (oder gar Laune) war.

Unterschiede

Sie warnen zur **Vorsicht!** Daher sollten Sie sich jetzt die beiden Fragen stellen:

- Inwieweit stellt Ihre Dezember-Antwort eine **momentane Stimmung jenes Tages** dar? (Das würde heißen: Ihre *heutige* Antwort ist qualitativ besser.)
- Könnten Sie in diesem Punkt derzeit „**innerlich zerrissen**“ sein und (noch) nicht genau wissen, was Sie denken/fühlen/wollen?

3. Schritt

Lesen Sie die Notizen an den **nächsten drei Tagen** je einmal durch. Dabei können Sie weitere Ideen notieren. Den Rest des Tages denken Sie nur über die Inventur nach, wenn sich einzelne Gedanken hierzu in Ihr Bewußtsein drängen.

4. Schritt

Jetzt erst erarbeiten Sie die gültige Version der **allerersten Frage Ihrer Jahres-Inventur**, die Frage nach Ihren derzeitigen **Zielen** und **Prioritäten** für das neue Lebensjahr. Diese Zielstellung geht einige Wochen später noch durch den **Oster-Check**.

5. Oster-Check

Gehen Sie in den **Ostertagen** das Dokument, das jetzt entsteht noch einmal durch. Entweder nicken Sie dabei dauernd mit dem Kopf oder aber Sie werden jetzt, im 1. Quartal des Jahres, stutzig, falls Sie in Ihrer Jahres-Inventur einen Fehler gemacht haben sollten und jetzt feststellen, daß Sie diesen nicht wirklich leben wollen.

Am besten setzen Sie sich für den Ostercheck einen Termin ins Outlook oder tragen ihn in Ihren Kalender ein.