

# Werkzeug Nr. 4

(A) Welche Tätigkeiten, Orte oder Dinge bringen Sie zuverlässig in Schwung? Was macht Sie munter, wenn Sie auch einen Moment zuvor noch fast eingeschlafen wären? (Zum Beispiel: Sie schlafen am Bürotisch fast ein, kaum sind Sie aber am Heimweg, um mit Ihrem Freund noch ein Bier zu trinken, erwachen plötzlich Ihre Lebensgeister.)

1.

---

2.

---

3.

---

(B) In welchen Phasen Ihres Lebens konnten Sie sich besonders guter Gesundheit erfreuen?

1.

---

2.

---

3.

---

(C) Wofür haben Sie ein besonders gutes Gedächtnis?

1.

---

2.

---

3.

---

(D) Notieren Sie hier drei Beschäftigungen, die Sie so fesseln, dass Sie die Zeit vergessen.

1.

---

2.

---

3.

---

(E) Welche Menschen geben Ihnen das Gefühl verstanden zu sein? Mit wem verbringen Sie gern Ihre Zeit? Wer gibt Ihnen Selbstvertrauen und Unbefangenheit?

1.

---

2.

---

3.

---

(F) Erinnern Sie sich an Zeiten, in denen ein Mensch, ein Ort oder sonst etwas eine unwiderstehliche Anziehungskraft auf Sie ausübte. Vielleicht konnten Sie damals an gar nichts anderes mehr denken. Was war das Objekt Ihrer Begierde?

1.

---

2.

---

3.

---

(G) Erinnern Sie sich an Zeiten, in denen Sie in Hochstimmung waren, und die ganze Welt hätten umarmen können. Was war der Grund dafür?

1.

---

2.

---

3.

---

Markieren Sie nun jeweils den der drei Punkte, der die stärkste Ausprägung aufweist.

Daraus konstruieren Sie jetzt wieder eine kleine Geschichte. Ihren persönlichen Glücksfall – das Beste was Ihnen im Moment widerfahren könnte:

„Es ist ein wunderschöner Tag mit klarer Luft in atemberaubender Umgebung. Sie werden (A):

---

unternehmen, was Ihnen besonders viel Energie gibt, und zwar mit (E):

---

dem Menschen mit dem Sie sich besonders wohl fühlen.

Sie haben sonst nichts zu erledigen, keine Termine keine belastenden Probleme.

Sie fühlen sich großartig, sogar besser als damals, als Sie sich bester Gesundheit erfreuten (B):

---

Nie zuvor sind Sie so gut in Form gewesen - stark, ausdauernd und energiegeladen. Sie führen ein tolles Gespräch über (C):

---

als ein Brief eintrifft. Darin steht, dass Ihnen lebenslänglich ein fester monatlicher Betrag zugesprochen wird, damit Sie (D):

---

ausüben können. Dazu werden Sie eine Menge Zeit mit (F):

---

verbringen müssen. Sie fühlen sich jetzt schon wie damals, als (G):

---

und Sie spüren, dass es täglich noch immer besser werden wird.