



GENIUS CODE



TAGESPLANER

DEINE TÄGLICHEN ERFOLGSSCHRITTE

[illegible][illegible][illegible][illegible]



GENIUS CODE

TAGESPLANER

HILFESTELLUNG ZUM AUSFÜLLEN:

Für welches Ereignis des heutigen Tages bin ich dankbar?

Dankbarkeit ist ein sehr effektiver Erfolgsbeschleuniger! Darum ist es wichtig, dass Du nicht nur Dankbarkeit fühlst, wenn etwas besonderes passiert ist oder Du etwas erreicht hast, sondern dass Du sie jeden Tag bzw. so oft wie möglich fühlst!

Denke über den heutigen Tag nach und darüber, für welches Ereignis Du dankbar bist. Dieses Ereignis kann eine völlig unbedeutende Situation, Wahrnehmung oder Begegnung sein: z.B. ein gutes Mittagessen, eine freundliche Begrüßung, eine erfolgreich erledigte Aufgabe etc. Wichtig ist: denke so über das Ereignis nach, dass Du Dankbarkeit fühlst!

Für welche Erkenntnis des heutigen Tages bin ich dankbar?

Erkenntnisse sind es, die Dich Schritt für Schritt zu dem leiten, was Du Dir wünschst. Darum solltest Du unbedingt Dankbarkeit für sie ausdrücken. Zu oft gelangen wir zu Erkenntnissen, nehmen sie jedoch nicht wirklich wahr, weil wir glauben, dass sie unbedeutend sind. Das ist ein Irrtum!

Denke über den heutigen Tag nach und darüber, für welche Erkenntnis Du dankbar bist. Selbst wenn es nur eine scheinbar belanglose Erkenntnis ist: z.B. hast Du beobachtet, wie jemand sehr höflich war, Menschen sich gegenseitig geholfen haben etc. Daraus schlussfolgerst Du, dass Höflichkeit und gegenseitige Hilfe etwas wunderbares ist etc. Wichtig ist, dass Du zum einen Dankbarkeit ausdrückst, zum anderen, dass Du Deinen Blick für Erkenntnisse schärfst und sie bewusst wahrnimmst.

Mein neuer Glaubenssatz für heute lautet:

Deinen neuen Glaubenssatz kannst Du eventuell aus dem Ereignis oder der Erkenntnis, für die Du dankbar bist, ableiten. Du hast heute etwas erlebt bzw. wahrgenommen und Du hattest eine Erkenntnis: das bedeutet auch, Du besitzt neue Information und Wegweiser zu dem, was Du Dir wünschst!

An dieser Eigenschaft werde ich morgen arbeiten, sie verbessern:

Eventuell hast Du heute etwas wahrgenommen oder über etwas gedacht. Dies kann auch mit dem Ereignis oder der Erkenntnis des Tages zusammenhängen. Wenn Du z.B. Höflichkeit beobachtet hast, könntest Du Dir vornehmen, diese Eigenschaft weiter zu verbessern bzw. besonders ausgeprägt auszudrücken.

Mein Motto für Morgen lautet:

Bestimme eine positive Handlung: diese kann etwas tun oder über etwas denken bedeuten. Diese Handlung sollte im Einklang mit der Eigenschaft sein, an der Du arbeiten willst. Ist die Eigenschaft z.B. Höflichkeit, dann lautet Dein Motto für den Tag: „Morgen ist der Tag der Höflichkeit!“

Verwende den Tagesplaner jeden Tag, am besten kurz vor dem Schlafengehen! Es dauert nur wenige Minuten und versetzt Dein Unterbewusstsein in einen kreativ konstruktiven Zustand. Du gehst zwar schlafen, aber Dein Unterbewusstsein nicht!

Tipp: Nimm Dir den Moment Zeit, schreibe in einer besonders schönen Schrift und fühle was Du aufschreibst!