



Willkommen zum "ErfolgsBalance"-Impuls am 21. August 2011!

„Denn: Auch die Pause gehört zum Rhythmus.“ (Stefan Zweig)

„Auszeiten = Anderszeiten: Sich bewusst FreiRäume schaffen, die Kraft spenden“

August und September sind für viele Menschen die wichtigsten Ferienmonate. In manchen Ländern – beispielsweise Italien – ist im August gar eine ganze Nation auf großer Siesta. Wenn Sie „die schönsten Wochen des Jahres“ nicht an irgendeinem Strand oder auf Städte-Exkursionen verbringen (wollen), lade ich Sie ein:

Zu (ent)spannenden Expeditionen in Ihrem ganz alltäglichen (Business)Leben.

Um sich neue FreiRäume zu gestalten, die über die eigentliche „AndersZeit“ hinaus Wirkung entfalten werden.

Es geht darum, Kontrapunkte zu dem oft eng getakteten Alltag zu setzen, den wir auch als selbständige Unternehmerinnen als „Hamsterrad“ empfinden können. Da scheint es mit der Selbstbestimmung nicht weit her, mit all den „muss“, „müsste“ und „sollte“-Paketen, die wir wahlweise vor uns her schieben oder hinter uns her ziehen.

Und die uns, bei langen Transportwegen – um mal im Bild zu bleiben – gefühlsmäßig wie Blei am Hals hängen, die Luft nehmen, nicht mehr wirklich voranbringen oder auch zur Ruhe kommen lassen. Manchmal sind es große, noch öfter viele kleine Pakete, die die Räume (zu) eng machen für ein lustvolles Unternehmen.

Und wir sind doch Unternehmerinnen - und nicht Unterlasserinnen :-)

1. Expedition: Einladung zu „Leuchtturm-Tagen“!

Sie haben es sicher schon einmal real erlebt: Von einem Berggipfel oder hohen Gebäude auf das bunte Treiben hinunter zu blicken, verändert zwangsläufig die Gesamtschau. Wenn wir nicht mehr scheinbar verworrenes Teil inmitten des Spiels sind, sondern räumlich Abstand schaffen, gewinnen wir notwendige Distanz sowie Überblick gleichermaßen. Mit dem Olympiaturm oder den Bergen des Umlandes haben wir ja tatsächlich gute "Aussichtsplattformen". Genauso gut kann aber das Münchner Stadtleben - nicht nur für sogenannte „Land-Eier“ :-)- oder ein Museumsbesuch funktionieren. Wichtig ist nur: Anders als üblich. Und Sie fühlen sich wohl dabei!

Ihre Begleiter: Ein Notizbuch mit vielen leeren Seiten (idealerweise blanko, also ohne Linien oder Karos) sowie schöne, verschiedenfarbige Stifte. Lassen Sie Ihren Gedanken freien Lauf. Spüren Sie ihnen nach. Es gibt keinerlei im üblichen Sinne zu bewertendes Ergebnis, das Sie vorweisen müssen – weder für sich selbst, noch für jemand anders!

Was immer Ihnen an Gedanken, Ideen oder Bildern erscheint, notieren bzw. skizzieren Sie es.

Allerdings kommt in der Nachbetrachtung so manch Spannendes zum Vorschein.

Wiederholen Sie Ihre offenen „Leuchtturm-Tage“ sooft Sie Lust darauf haben!

Sie können sie später auch gezielter zum Themen-Tagen machen: Also mit einer bestimmten Fragestellung aussteigen! Beispielsweise auch wie nachfolgend beschrieben.

2. Expedition: Einladung zur „Vollendung“!

Haben Sie auf Ihren ersten offenen „Leuchtturm-Tagen“ Spielfelder entdeckt, in denen es darum geht, eine Reihe von Dingen zum guten Abschluss zu bringen? Also den Kreis zu schließen! Sei es eine Steuererklärung oder die Ablage. Oder ein klärendes Gespräch. Oder, oder, oder ...!

Anstatt weiterhin Selbst-Entschuldigungen für den Aufschub zu (er)finden: nehmen Sie sich bewusst „Vollendungs-Zeiten“. Gehen Sie eine Aufgabe nach der anderen fokussiert und konzentriert an. Und hören Sie erst auf, wenn ein Thema nach dem anderen tatsächlich beendet ist. Wo nötig, nehmen Sie bitte fachliche bzw. kräfte-mäßige Unterstützung in Anspruch! Als motivierendes Dankeschön belohnen sich selbst genüsslich nach jeder vollendeten Aufgabe!

Ziel dieser (in der Regel mehrtägigen) Expedition ist es, die „energetische Rohrverstopfung“ zu lösen. Und ganz praktisch darum, JETZT zu tun, was (über)fällig ist.



3. Expedition: Einladung zum „Abschied“!

„Hör auf zu reiten, das Pferd ist tot!“ - sagt ein indianisches Sprichwort, das es launig auf den Punkt bringt. Manchmal ist eine „Leuchtturm“-Erkenntnis: Die Kanäle sind so verstopft, weil wir etwas am Leben halten, dass seine beste Zeit schon hinter sich hat (manchmal auch nie wirklich hatte?). Sozusagen eine Existenz auf der „Reste-Rampe“ führt. Da wir es aber nach wie vor mit Energie (in Zeit, Aufmerksamkeit und/oder Geld) versorgen, die allerdings keinen befähigenden Ertrag schöpft, auf längere Sicht ein im wörtlichen Sinne erschöpfendes Investment. Dazu gehören auch Business-Angebote, die nur noch auf dem Papier stehen. Aber „eigentlich“ nicht mehr gebucht werden. Vielleicht, weil sie Ihnen (nicht mehr) entsprechen? Möglicherweise haben Sie nur daran festgehalten, bis „etwas Besseres“ nachkommt? Welch schwieriges und zumeist endloses Unterfangen: Weil jeder Wandel mit dem Loslassen beginnt, mit dem Platz schaffen für das Neue. Auch, oder gerade, wenn dies noch kein „Gesicht“ hat.

Aber, wie sollten Sie es auch erkennen, wenn Sie so mit der „Reste-Rampe“ beschäftigt sind ...
Weitere Vorschläge zum "Abschiednehmen" macht Ihnen auch einer meiner untenstehenden Lese-Tipps.

4. Expedition: Einladung zum „Querpass“!

In dem wir an ungewöhnlichen Orten oder in anderen Spielfeldern unterwegs sind, entdecken wir oft unvermutet Zugänge und Einsichten zu naheliegenden Lösungen. Vielleicht auch zu neuen Business-Angeboten. So erlebte ich es selbst in den letzten Wochen: Weil ich erstens auf meinen Erkundungs-Wanderungen in den Garchinger Isarauen durch Naturbeobachtung und das Laufen an sich nicht nur viel Spaß und Erholung, sondern auch zahlreiche frische Ideen gewann, und zweitens derzeit keine eigenen Praxisräume habe, war ich auch mit einigen Clientinnen unterwegs auf "Schuster's Rappen".

Et voilà: Es entstand „WALKing-ABOUT“ - der etwas andere Beratungsweg! Und noch einige neue Angebote mehr.

5. Expedition: Einladung zu "Spielstunden"!

Früh morgens aufstehen. Sich dann treiben lassen, von einer Beschäftigung zur nächsten. Sich Tagträumereien hingeben. Genießen, was gerade ist: Wer Kinder hat, oder ein gutes Erinnerungsvermögen, weiss wovon ich spreche. Gönnen auch Sie sich als "Große" in Ihrer AndersZeit einen ganz Tag lang wieder Spielstunden, in denen nichts Sinnvolles geschehen "MUSS"! In denen Sie einfach von früh bis spät mit dem fließen, worauf Sie spontan Lust haben.

Vielleicht erleben Sie dann auch wieder, wie lang so ein Tag sein kann :-)

6. Expedition: Einladung zum persönlichen „Kraftplatz“!

Kreieren Sie sich einen Platz in Ihren eigenen vier Wänden als Haus-Altar. Dabei gilt es keine äußere Form zu erfüllen, sondern Ihrer intuitiven Gestaltungsfreude zu folgen. Das heisst, Sie wählen das passenden Tischchen, Schränkchen oder Regal, reinigen es gründlich und dekorieren es liebevoll mit Gegenständen, die Sie und das, was Sie lieben, repräsentieren. Vielleicht sind es Muscheln oder Steine, die Sie von Reisen mitgebracht haben. Fotos von besonderen Orten, Herzensmenschen, von sich selbst. Schöne Spiegel. Ermutigende Zitate. Kerzen oder Räucherstäbchen-Halter. Folgen Sie Ihrem Herzen.

Wichtig ist nur: Alles, was Sie auf Ihrem Haus-Altar platzieren, spendet Ihnen Freude und Kraft!

Magischer Moment: Ich entdeckte dabei (wieder), wie viele Steine ich von allen möglichen Reisen und Wanderungen mitgebracht hatte. Und zwar seit Kindesbeinen an! Dies floss nun auch in die Neugestaltung meiner persönlichen Website ein ...



Gönnen Sie sich nun täglich Ihr ganz persönliches Ritual zu Tagesbeginn und Tagesende, um durchzuatmen und innezuhalten. Wenn Sie Tagebuch-Schreiberin sind, können Sie auch dies auch als Ritual in Ihre tägliche Gedenkzeit einbinden. Probieren Sie einfach spielerisch aus, was Sie wie stärkt: Es ist ja ganz exklusiv IHRE Zeit.

Übrigens: Ihr Haus-Altar ist auch ein guter Ort, um scheinbar Gegensätzliches miteinander zu arrangieren. Gerade, wenn dies in der meßbaren Realität (noch) nicht gelungen scheint. So schaffen Sie bereits energetisch eine Einheit und laden Möglichkeiten zur äußeren Umsetzung ein. Ich arbeite hier zudem unterstützend mit den "SIGNS" - den Impulskarten von Jwala Gamper (mehr unter www.sign.ag).

So, liebe Leserinnen, nun wünsche ich Ihnen allen eine wunderbare "AndersZeit"!

Wenn Sie den Wunsch verspüren, mit mir als WegBegleiterin auf Expedition zu gehen, so lade ich Sie herzlich ein, meine neue Website zu besuchen: Auf www.business-spirit.de stelle ich Ihnen meine neuen Angebote vor.

Meine besonderen Lese-Empfehlungen für die nächsten Wochen:

„Auszeit! Der Perlinger-Weg ins Glück.“

Kabarettistin und Schauspielerin, Musikerin und Sängerin, Autorin - Sissi Perlinger ist ein Gesamtkunstwerk! Von wieviel Tiefe die scheinbar mühelose Leichtigkeit und ihr frecher Wortwitz getragen sind, offenbart sich in diesen wunderbaren Buch. Das sie natürlich auch auf die Bühne bringt! Aktuelle Termine unter [Messen & Events](#). Das Buch ist erschienen im Südwest-Verlag unter ISBN 978-3-517-08624-8. Weitere Informationen unter www.suedwest-verlag.de

„Feng Shui gegen das Gerümpel des Alltags.“

Der Titel spricht Bände. Und mit diesem Büchlein ist Karen Kingston ein wahrer Klassiker gelungen! Mich begleitet er seit seinem Erscheinen im Jahr 1998 - und bereichert regelmäßig meine persönlichen "Leuchtturm-Tage" - mit stets frischen Aha's. Rowolt-Verlag unter ISBN-13: 978-3-499-60813-999. Weitere Informationen unter www.rowolt.de

Herzlichst, Ihre Danielle G. Löhr