



CORONA ALS DOORBRAAK

Mijn naam is Herold Dat, als ondernemende levenskunstenaar is Corona voor mij meer dan een hardnekkig griepvirus. Het dwingt ons tot stilstaan in beweging, ons systeem is ontworpen, we zijn in een crisis situatie beland. Je kunt er ook anders naar kijken, crisis is namelijk het Griekse woord voor doorbraak, hier volgen 3 oefeningen die jou daar bij kunnen helpen.

1. ATTITUDE RESET

Zorg dat je in het moment bent. Besef dat je in een andere wereld bent, de wereld van Corona. Zie dit als een kans om te resetten. Reboot door jezelf de volgende twee vragen te stellen:

In hoeverre doe ik er nu toe en hoe blijf ik er toe doen ?

2. DE ECHTE WINSTGEVER

Gebruik je menselijke waarde als bron, bepaal wat jouw op dit moment energie geeft en wat je nu energie kost. Richt vervolgens je pijlen op de energiegevers en zorg daarmee dat je levensstroom daardoor op pijl blijft. Je kunt er daarnaast ook voor kiezen om vanuit je menselijke waarde een 1+1=3 te creëren en zo anderen van levensstroom voorzien.

3. DON'TS & DO'S

Houd je eigen to do lijst tegen het licht, breng opnieuw de prio's aan. Na het her-prioriteren ga je de actiepunten positioneren om daarmee de zaken die voor nu belangrijk zijn duidelijk in kaart te brengen. Spreek met jezelf af wanneer je welke actiepunten klaar wil hebben. Schroom niet om dit proces van her-prioriteren te herhalen als jij denkt dat dit nodig is.