

# Forstå Missionen Din kernefunktion

Navn: \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_

De 7 vigtige spørgsmål - Missionen

## 1) Hvilke oplevelser ønsker du dig af livet?

Uanset hvor mange penge du fik for det, hvad ville du så **ALDRIG** gøre igen? At identificere hvad du ikke vil, kan være en god hjælp til at finde ud af hvad du **VIRKELIG GERNE** vil.

Vi er her på jorden som sjæle, der har en fysisk oplevelse. Vi er her for at opleve kærlighed, naturen, for at rejse, og opleve de smukke steder i verden, for at få børn, og sende dem ud i verden. For at opleve at køre en lækker bil, at eje og bo i drømmehuset, spise lækkert mad, dufte, lytte, se...



# Forstå Missionen Din kernefunktion

Navn: \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_

De 7 vigtige spørgsmål - Missionen

## 2) Hvordan vil jeg gerne huskes?

Når man planlægger noget, er det altid bedst at starte med slutresultatet, det samme gælder med din livsplan. Hvilket slutresultat ønsker du? Se på arbejdsarket hvor du har skrevet din egen nekrolog. Det er et meget kraftfuldt spørgsmål, et, der er værdig til dyb refleksion og... hvor du skal gøre dig umage med at tænke dybt og reflektere over dit svar.

# Forstå Missionen

## Din kernefunktion

Navn: \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_

De 7 vigtige spørgsmål - Missionen

### 3) Hvad betyder mest? (Hvad brænder du for?)

Du har måske aldrig givet dig selv lov til at stille det her spørgsmål. F.eks. ved du sikkert, hvad der er vigtigt for dine forældre og dine børn, din kæreste og helt sikkert også for din chef, men hvad er vigtigt for dig?

Hvad betyder mest i dit liv? Det her er et spørgsmål om prioriteter, ingen andre kan beslutte, hvad de er for dig. Du må selv tage ansvaret for det.



# Forstå Missionen Din kernefunktion

Navn: \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_

De 7 vigtige spørgsmål - Missionen

## 4) Hvordan ønsker du at gro?

Vækst - Vi har 2 spirituelle behov. Hvis ikke du opfylder dem føler din sjæl sig bedrøvet. Det føles som om du mangler noget. Det kan godt være at du er glad, men du føler dig ikke tilfreds.

De to behov er:

- 1) Det at udvikle sig, vokse og gro.
- 2) Det at bidrage til omverdenen.

De fleste af os er blevet bedt om at vælge en karriereretning allerede som teenager, men måske har vi slet ikke brug for uddannelsen for at være lykkelig?



# Forstå Missionen

## Din kernefunktion

Navn: \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_

De 7 vigtige spørgsmål - Missionen

### 5) Hvad er mit budskab til verden?

Dette spørgsmål er ikke et af de lette, men det kan hjælpe at forestille dig, at du skal lave en 2 min. Video til resten af verden. Hvad vil du sige, Hvilke erfaringer og budskaber vil du bringe videre?

(Uanset hvor mange penge du fik for det, hvad ville du så ALDRIG gøre igen?

At identificere hvad du IKKE vil, kan være en god hjælp til at finde du af, hvad du VIRKELIG GERNE vil.)



# Forstå Missionen

## Din kernefunktion

Navn: \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_

De 7 vigtige spørgsmål - Missionen

6) Hvorfor tager understrømmen dig indimellem?  
(Forstå, hvorfor du driver, Forstå konsekvensen, Forpligt dig)

Tænk over hvorfor du driver.

Den ene dag tager let den næste, og det, du gerne ville have fra hånden, kan da egentlig også godt vente til i morgen. Du har lige lidt travlt i dag, så du vælger også at springe træningen over, du har alligevel ikke energien...

Tænk over konsekvensen. - Skriv den her i korte sætninger

Forpligt dig - Skriv ned her hvordan.



# Forstå Missionen Din kernefunktion

Navn: \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_

De 7 vigtige spørgsmål - Missionen

7) Hvordan kan jeg komme herfra og til der, hvor jeg ønsker at være?  
Tænk over hvordan du kommer fra A-B fra "frø" til "frugtsalat"?

1. Slap af eller tag en dyb indånding.

Hvor lang tid tager hvert bid?

2. Dan dig et overblik. Gennemgå og præciser de resultater, du søger.

Hvad er det for nogle opgaver, jeg kan udføre hurtigt? (De lavthængende frugter)  
Hvad er den mest effektive måde at tackle dem på? (Hvilke opgaver skal komme først?)

Spørg dig selv:

- Hvilket resultat / mål prøver jeg at nå?
- Hvordan ser min succes ud?
- Hvad er fordelene?
- Hvis du leverer det til en anden - hvad er deres forventninger?

Hvis du leverer opgaven til en anden - hvad er deres forventninger? Og hvordan adskiller det sig fra dine egne forventninger?

Det hjælper ofte enormt at vide, hvorfor du laver noget.

Er det et samarbejdsprojekt? Hvilke opgave vil hver person så påtage sig?

Har du brug for andres hjælp?

Hvilke(n) opgave(er) får mest effekt?

3. Begynd at dele opgaven eller projektet i små stykker.

Dette her er den sjoveste del, fordi du her kan ser alle de spændende ting du skal til at igang med. (F.eks. anlægge en have med grøntsager, urter, bær og frugttræer)

4. Gennemgå nu projektet/menuen.

Med dine mindre bidder i tankerne, find ud af, hvor lang tid projektet virkelig vil tage ... eller hvor lang tid du er ved bordet og spiser frugtsalaten. Du skal altså finde omkostningerne med hensyn til tid, penge, energi, fremskridt, osv.

Spørg dig selv, om du kan finde ud af, hvordan du kan opdele opgaven bedst:

Hvad er der virkelig brug for for at opnå dette? Mennesker, opgaver, tidsplaner.

Hvordan kan jeg opdele det i små overkommelige bidder?

5. Begynd at spise frugtsalaten. En mundfuld ad gangen. Åh ja, og sørg for smage på og nyde maden imens du spiser.

Råd:

Se evt kapitlet om overspringshandlinger og passionsplanlæggeren.

Hvis opgaven stadig er for stor og overvældende, hvordan kan jeg så dele den yderligere op?



# Sæt kursen

Navn: \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_

Fra A til B - Fra frø til frugt

Bryd ned i mindre dele = Læg en plan - Sæt i kalenderen.

