

FIND & UDLEV

DIT FORMÅL

At finde dit formål er en af de vigtigste opdagelser, du nogensinde vil gøre.

Som Mark Twain sagde for mange år siden: "De to vigtigste dage i dit liv er den dag du blev født, og den dag du forstår hvorfor."

Hvad er dit formål?

Det er hvorfor, du står ud af sengen om morgenen. Det er din årsag til at leve.

Når du opdager dit formål, så begynder dit liv virkelig, fordi det giver hver dag en dybere mening.

Nedenunder er 5 trin der vil hjælpe dig til at finde og udleve dit formål.

TRIN 1: LAV EN LISTE

Afsæt 15 minutter eller mere og find et stille sted, hvor du ikke bliver forstyrret. Medbring en blyant og et stykke papir.

Spørg dig selv: "Hvad elsker jeg virkelig at lave?" Eller spørg dig selv: "Hvis jeg kunne lave én ting resten af mit liv, hvad ville det så være?"

Siden du ikke stiller dig denne type spørgsmål hver dag, vil det måske tage dig en del tid, før svarene kommer til overfladen. Bare sid afslappet og vent.

Når du tænker på noget, så skriv det ned uden at vurdere det og bliv siddende for at se, om der kommer andre tanker til dig. Når den afsatte tid er gået, så gem det du har skrevet og arbejd videre på listen næste dag.

Du er måske nødt til at gøre dette hver morgen i en uge eller mere, hvilket er helt fint. At komme i kontakt med de ting, du elsker at gøre, er måske en af de vigtigste ting, du nogensinde vil gøre.

Lav en liste herunder (brug mere papir hvis nødvendigt):

TRIN 2: VÆLG ÉN



Når du føler, at der ikke er yderligere at tilføje til listen (hvad end det er efter en uge eller en måned), så læs dine svar igennem og overvej følgende.

Dit formål bør opfylde to kriterier:

- 1) Det skal være noget, du elsker at gøre.
- 2) Det bør gavne andre.

Med det in mente, vælg den ene ting, der skiller sig ud fra de andre, fordi du elsker det mere end noget andet. Hvis du har fundet det, så behøver du ikke at bekymre dig om det andet kriterie, for når du laver noget, som du virkelig elsker, vil det automatisk gøre gavn for andre mennesker.

Hvis der ikke er en ting, der skiller sig ud fra de andre, så vælg den du føler bedst vil gavne flest mennesker.

Skriv dit valg herunder:

TRIN 3: SKRIV DET NED



Nu er det tid til at skrive dit formål ned.

Her er et eksempel på et livsformål for at hjælpe dig lidt på vej.

Bering & Søgaards formål: At leve og arbejde i et blomstrende miljø, der opfordrer til produktivitet og nydelse, så vi kan forbedre den service, vi yder til vores familie, vores virksomhed, vores lokalsamfund, vores land og ultimativt hele verden.

Mit formål er: _____

TRIN 4: SKAB DIN VISION



Når du har opdaget og afklaret dit formål, så lav en strategi for realisering af det. Det er din vision.

Din vision fortæller, hvordan du vil eksekvere dit formål. Det er en langsigtet vision med alle de ting, som du gerne vil gøre. Et blåtryk på de ting, som du vil udføre for at realisere dit "hvorfor."

Skab en vision der giver dig en destination, så du ved, hvad du sigter efter.

Du realiserer din vision ved at skabe adskillige kortsigtede mål for at holde dig på sporet. Din vision er din destination, og dine mål er din skridt for at nå derhen.

En fantastisk måde at tænke på dit formål, vision og mål er henholdsvis som "hvorfor," "hvad" og "hvordan."

TRIN 5: LEV LYKKELIGT



Ved at følge disse trin vil det føre dig til dit højeste formål i *din livstid*.

Husk, det tager måske noget tid at opdage dit formål — dage, uger og måske endda måneder, når du stiller dig selv disse spørgsmål. Lad være med at give op. Forsæt med at spørge og lyt efter svarene. Fordelene vil uden tvivl opveje omkostningerne, for når du opdager dit formål, så vil du aldrig føle, at du skal arbejde en dag resten af dit liv.

Vi ønsker dig al det bedste!