



Alles, was du aufschreibst, kannst du nicht mehr vergessen!

Solange du es nicht aufschreibst, schwirrt es in deinem Kopf herum und blockiert dich, noch einen Schritt weiter zu denken, neue Ideen zu entwickeln und dir wichtigere Sachen zu merken! Willst das das wirklich? Wenn 'nein' - dann schreib es auf!

Sobald du Dinge aufgeschrieben hast, ist dein Kopf wieder frei!

Du weißt du brauchst sie nicht mehr im Kopf, weil du sie sicher irgendwo vermerkt hast und jederzeit weißt, wo alles findest, was du wissen willst! Du kannst deine Ideen, Gedanken, dein Wissen nie wieder vergessen!

Weil du es aufgeschrieben hast!

Das ist so ein geiles Gefühl! Ein Gefühl von Sicherheit!

Und sofort ist dein Kopf frei für alles andere!

Tagebücher sind eher was für Langweiler oder Möchtegern-Intellektuelle? Das war einmal! Mit einem Tagebuch kannst du alle Ups und Downs - egal in welchem Bereich - ganz detailliert festhalten.

In allen erdenklichen Bereich kannst du an dir arbeiten - denn alles ist erlernbar!

Doch das bedeutet Folgendes: Bereite dich vor, dann tust du es einfach und danach schreib auf inwiefern das Erlebnis positiv oder negativ war.

Spare hierbei aus Schamgefühl nur nicht irgendwelche Details aus.

Wer sich verbessern und weiterentwickeln will, seine Ziele wirklich wirklich erreichen will, darf sich nicht schämen! Neugierde ist der Schlüssel zum Erfolg.

Dein jetziger Tagesablauf hat dich bisher nicht dorthin gebracht, wo du eigentlich sein möchtest? Deine Handlungen führen dich nicht zum Ziel? Deine Aktionen bringen keinen Erfolg? - Dann probier etwas Neues aus und notier im Nachhinein deine Erfahrungen. Erforsche all die verschiedenen Möglichkeiten und Bereiche und mach dir Notizen dazu.

SCHRIFTLICHES SPORNT AN!

Ein schriftlich fixierter Plan hat den psychologischen Effekt von Selbstmotivation zu Arbeit. Deine Alltags-Tagesaktivitäten werden automatisch zielorientierter - man lässt sich weniger ablenken, ist konzentrierter und wird tatsächlich dahin gepusht seine Aufgaben nach fixen Plan zu erledigen.

ERFOLGREICHE LEUTE und DIE, DIE ES WERDEN WOLLEN, SCHREIBEN MIT!

YOUR TO DO:

Schreib es auf!

Führe TAGE-Buch für den Bereich, in dem du dich jetzt gerade persönlich weiter entwickeln willst:

- Diary of Sex
- Routines
- - To-Dos
- - Diary of Gratitude



- Diary of Success
 - Little Notes of Giant Ideas
 - Lifeskill-Buch
-