

TIDEN – DEN RØDE CIRKEL

Tiden, den røde cirkel, er den af de tre cirkler, som vi kan arbejde mest med. Vi kan disponere over vores tid i højere grad, end vi kan bestemme vores styrker.

Med tiden har vi ofte et valg. Men det er ikke et grænseløst valg. Vi er alle underlagt en grænse, som ingen kan krydse: nemlig den, at døgnnet kun har 24 timer, og at livet ikke varer evigt. Det betyder, at vi ikke har tiden til at gøre alt det, vi gerne vil. Vælger vi at satse på én aktivitet, er konsekvensen, at vi fravælger en anden. Vores liv er summen af det, vi vælger at bruge vores tid på. Derfor er tiden en afgørende nøgle til at skabe et liv, hvor vi bedst muligt kan udfolde vores styrker.

Øvelse:

- Hvilke aktiviteter har du brugt din tid på den sidste uge?

Brug nogle minutter på at skrive dit svar ind i den røde cirkel. F.eks. møder, forberedelse, e-mail, facebook, spise, søvn, motion, hygge med vennerne, børnene, kæresten osv.

