



Liebe Geschäftsfreunde,

mit dieser Coaching-Mail erhalten Sie erstmals auch die Möglichkeit, sich den Inhalt als Audio-Datei anzuhören. Zusätzlich erfülle ich den Wunsch vieler Abonnenten, auch die Coaching-Mail von Mai 2008 zum Thema **„Empfehlungs-Management“** als Sprachversion zur Verfügung zu stellen. Beide Links finden Sie am Ende dieser Coaching-Mail. Also viel Spaß beim **Lesen + Hören**

Möchten Sie mit neuer Mental-Kraft Ihre Erfolge steigern? **Dann halten Sie die schönsten Momente Ihres Lebens fest.**

Im Urlaub sind wir oft viel besser in der Lage, wirklich zu entspannen und gleichfalls neue Eindrücke aufzunehmen. Unser Kopf ist frei. Wir haben in den Tagen vorher das Wichtigste erledigt. Und dann geht es los:

„Wir fliegen über den weißen Wolken in Richtung Urlaubsparadies, unternehmen dort eine Bootsfahrt zu einer einsamen Insel, baden im Ozean und genießen abends das Gala-Dinner am Strand des Hotels.“



Zusätzlich sind es auch die menschlichen Begegnungen, die uns abseits des Arbeitsalltags gut tun. So schließen wir manche Bekanntschaft mit Chance zur (Geschäfts)-Freundschaft.

Wie halten Sie aber nun diese wunderbaren Augenblicke für sich persönlich fest, um sich bei Bedarf dieser aufbauenden Energien zu bedienen?

- > mit Fotos?
- > per Video?
- > mit gekauften Postkarten?
- > in Form von Tagebuch-Aufzeichnungen?
- > mit erworbenen Musik-CDs aus dem besuchten Land?
- > mit einer DVD über das Urlaubsgebiet?
- > mit gesprochenen Episoden auf Ihr Diktiergerät?
- > mit bewusster mentaler Einprogrammierung?

Im Urlaub und auch an „freien“ Wochenenden erleben wir viele kraftvolle und emotionale Momente für unser Stimmungs-Management im weiteren Leben. Es ist schade, dass sich so viele Menschen lediglich einmal (1) die Urlaubs-Fotos anschauen statt sie in bestimmten Situationen gezielt als Energie-Spender einzusetzen. Viele unserer Mitmenschen ziehen es leider vor, sich von ihren schlechten Erfahrungen und negativen Erlebnissen „steuern“ zu lassen.

Wir selbst haben allerdings die freie Wahl. Denn in uns bleiben auch die vielen schönen und energetisch wertvollen Erinnerungen für immer gespeichert. Also nutzen wir am besten diese Naturgeschenke für ein Leben mit Freude und Kraft.

Hier für Sie drei einfache Schritte, mit denen Sie Ihre innere „**Schatztruhe**“ für die Meisterung Ihrer täglichen Aufgaben füllen können:

Schritt 1: Erstellen Sie eine Liste der 21 schönsten Augenblicke Ihres bisherigen Lebens. Genießen Sie diese Momente auf Ihrer geistigen Leinwand mit allen Sinnen. Schreiben Sie einfach auf, was Ihnen einfällt.

Denken Sie an Situationen in der Vergangenheit, in denen Sie sich sehr wohl und erfolgreich gefühlt haben.

Schritt 2: Schauen Sie sich diese Augenblicke auf Ihrer geistigen Leinwand genau an. Was sehen Sie? Was hören Sie? Was fühlen Sie? Unterteilen Sie diese Szenen in private und berufliche Momente und wählen Sie die 7 kraftvollsten davon aus. Machen Sie sich die Emotionen dieser inneren Erlebnis-Energie bewusst.

Schritt 3: Finden Sie für jede dieser Erinnerungen einen kurzen Begriff, ein „Passwort“. Das verschafft Ihnen zu jeder Zeit erneut Zugang zu dieser bereits erlebten Energie. Nutzen Sie diese wertvolle Power in Ihrem Denken, Fühlen und Handeln für Ihre Gespräche und Projekte, also für den Aufbau von Beziehungen sowie das Bearbeiten lukrativer Aufträge.

„Wenn wir eine kraftvolle Erinnerung auf unserer geistigen Leinwand erleben, dann fühlen wir uns im gegenwärtigen Augenblick einfach besser und denken kreativer. Wir atmen befreiter, kommen auf originelle Ideen, sprechen motivierter und kommunizieren noch positiver mit unseren Mitmenschen.“

**„Nutze die Erfolge der VERGANGENHEIT
für Dein gegenwärtiges Wirken und Handeln.
Dann kannst Du dadurch Dein HEUTE
sowie Deine ZUKUNFT optimal gestalten.“**

Testen Sie es gern für sich aus. Vielleicht werden auch Sie begeistert sein. Denn so genießen Sie täglich ein wenig „Urlaubs- und Erfolgs-Atmosphäre“ und steigern Ihre persönliche Mental-Power. Und immer wieder nach dem Motto: **„Es muss einfach gehen, sonst geht es einfach nicht. Erfolg ist, was wir täglich tun.“**

Hier folgen Ihre drei Links:

[Audio-Datei dieser Coaching-Mail August 2008](#)

[Seminar-Info „Termin-Power per Telefon“ am 26.8.2008 in Hamburg](#)

[Audio-Datei der Coaching-Mail Mai 2008](#)

Viele herzliche Grüße und jede Menge Freude beim Entwickeln Ihrer 21-Punkte-Liste „Meine schönsten Augenblicke“

Ihr Roland Arndt

*P.S. Danke auch für die vielen Erfolgsmeldungen zu meiner neuen Hör-CD „**Danke für Ihre Empfehlung**“. Sicherlich ist diese Doppel-CD ein guter Geschenktipp, nicht nur für Freunde und Bekannte, sondern auch für Mitarbeiter, Geschäftspartner und Kunden.*

[Bestellung des Hörbuches „Danke für Ihre Empfehlung“.](#)