

LEV LIVET BEDRE

**HVAD ER VIRKELIG
VÆRDIFULDT FOR DIG?**

OVERVEJELSER

- Det kan være, at du har en god ide om, hvad dine drømme er og hvad du gerne vil med dit liv, men de valg du tager, får dig ikke i mål.
- Det kan være du har svært ved at finde ud af, hvordan du skal bruge din tid, dine penge og din energi.
- Det kan være du slås med nogle store beslutninger og du ved ikke, hvad det rigtige valg er.
- Det kan være du har mistet dig selv og ikke ved, hvad du vil.
- Det kan være du undrer dig over, hvem du egentlig er, når alt det udenom bliver skrællet af.

SKATTEN OG PERLEN

”v44 Himmeriget ligner en skat, der lå skjult i en mark; en mand fandt den, men holdt det skjult, og i sin glæde går han hen og sælger alt, hvad han ejer, og køber den mark.

v45 Igen: Himmeriget ligner en købmand, der søgte efter smukke perler; v46 og da han fandt én særlig kostbar perle, gik han hen og solgte alt, hvad han ejede, og købte den.” (Matt 13,44-46)

SKATTEN OG PERLEN

v28 Hvis en af jer vil bygge et tårn, sætter han sig så ikke først ned og beregner udgifterne for at se, om han har råd til at gøre det færdigt? v29 – for at man ikke skal se ham lægge en sokkel uden at kunne fuldføre det, så alle giver sig til at håne ham v30 og siger: Den mand begyndte at bygge, men kunne ikke fuldføre det! (Luk 14,28-29)

OVERVEJELSER

- Overvej kort, hvad du tænker, er dine værdier?
- Hvad ville du sige, er det mest vigtige for dig i dit liv?
- Har du svært ved at finde et svar, så overvej at spørge de, som er tættest på dig: Hvad tænker I, er det som er vigtigst for mig, som motiverer mig, som fanger min opmærksomhed, som har mest værdi i mit liv?

KOM I GANG MED EN VÆRDI- AFKLARINGSPROCES

- Brug tid alene og gerne sammen med andre til at arbejde med de refleksionsspørgsmål, som vi har nævnt i dag.
- Kig grundligt på dit forbrug, din kalender, dine vaner, dine relationer, dit åndelige liv, dine tankemønstre, så du kan se, hvad dine værdier er i virkeligheden. Få sandheden frem og se om du er tilfreds eller om noget skal være anderledes.
- Lav en plan for hvornår du vil gå i gang og afslutte denne proces.
- Beslut hvem du ønsker at involvere i processen.

SKAB NOGLE ZONER, HVOR DU KAN ØVE DIG PÅ DE NYE VÆRDIER, SOM DU ØNSKER AT HAVE

- Værdier er vaner omsat i praksis. ”Først former vi vores vaner, så former vores vaner os!”
- Vær intentionel. Sæt tid, penge og ressourcer af til at styrke eller forme de værdier, som er vigtige for dig.
- Vælg en værdi, som du ønsker at styrke. Hvordan vil du gøre det (tid, penge, energi)? Hvornår vil du begynde?

VÆR ANSVARLIG

- De vigtigste ting i livet er værd at kæmpe for og kommer ikke af sig selv.
- Sørg for at skrive dine værdier og dine planer ned og del dem med nogen, som skal holde dig ansvarlig og som kan opmuntre dig i processen, når det ikke er nemt.
- Overvej: Hvem skal holde dig ansvarlig? Hvordan skal denne ansvarligheds-model se ud i praksis? Hvornår vil du begynde?