

Lever jag det liv jag vill?

Det här är en övning jag brukar ge dem jag coachar:

Du har tre månader kvar att leva. Du kommer inte under denna tid ha några kroppsliga besvär eller drabbas av någon sjukdom. Du kommer inte heller uppleva några ekonomiska bekymmer.

Fundera över hur du skulle vilja leva dessa sista månader av ditt liv.

Vad är viktigt för dig?

Vilka människor och relationer är viktiga för dig?

Finns det något eller någon som du idag lägger mycket av din tid på som du helt skulle välja bort?

Vilka saker är egentligen väsentliga?

Skulle du arbeta?

Skulle du resa?
