
Morgen ist auch noch ein Tag

18.05.2020, 08:55 | Persönlichkeitsentwicklung, Bewusstsein & Spiritualität

Pressemitteilung von: *Innere Staerke*



Nichts spricht dagegen, ein großes Ziel zu haben. Harte Arbeit kann helfen, es zu erreichen. Wer einmal mehr aufsteht, als er hinfällt, wird am Ende erfolgreich sein. Das ist alles richtig. Doch bei allem Ehrgeiz sollte man auch auf sich achten und sich nicht überfordern. Letztendlich macht es keinen Sinn, Marathon zu erreichen und dann tot umzufallen.

Damit man langfristig sein Glück genießen kann, sollte man gelegentlich auch einmal loslassen. Sechs Tage hart arbeiten und einen Tag die Seele baumeln lassen, ist ein guter Ansatz. Daran kann man sich orientieren. Doch manchmal kann sich schon ein anstrengender Tag wie ein Marathon anfühlen. Am Abend hat man das Ziel immer noch nicht erreicht. Zuhause wartet vielleicht jemand auf einen. Eventuell hatte man auch andere Pläne.

Eine Deadline gibt es zwar nicht, aber in einem selbst sträubt sich etwas dagegen, die Sache einfach liegen zu lassen. Sie ist noch nicht rund. Die Gestalt, wie die Psychologen sagen, ist noch nicht geschlossen. Wenn man jetzt aufgeben würde, würde es einem um den Schlaf bringen. Man redet sich ein, daß man MUSS.

Das ist aber nicht nur Blödsinn. Es ist auch wenig zielführend. Die kreative Wirkung von Pausen ist zwar bewiesen, aber das Gegenteil vom inneren Schweinhund, der innere Wadenbeißer will nicht aufgeben. Nicht einmal für diesen einen Tag.

In solchen Fällen lohnt es sich, klar zu machen, daß man sein Ziel nicht heute erreichen muß. Ja, vielleicht hat man sich diesen Termin gesetzt. Und ja, womöglich würde es einen erleichtern, wenn man die Sache abschließen könnte. Doch selbst gesetzte Termine kann man auch verschieben. Sie sind Orientierungspunkte, was aber nicht bedeuten muß, daß man sklavisch an ihnen festhält. Es ist einfach nicht möglich, immer vorauszuahnen, wie lange etwas dauern wird, welche Schwierigkeiten auftreten und welche plötzlichen Störungen einen aus dem Konzept bringen.

Zeitmanagement kann ab und zu helfen, doch es soll einem nicht die Nerven ruinieren. Was nicht geht, das geht nicht. Es ist kein Zeichen von Schwäche, sich auszuruhen. Im Gegenteil, die erfolgreichsten Menschen der Geschichte haben gelegentlich Luft geholt und entspannt. Wer einen Berg besteigen will, der hat ohnehin keinen festen Zeitplan. Er muß sich auch nach dem Wetter und seinen Kräften richten. So geht es voran. Von Etappe zu Etappe. Manchmal langsamer und manchmal schneller. Wer unflexibel wie ein Roboter auf sein Ziel zumarschiert, rennt oft genug in den Abgrund.

Große Ziele und harte Arbeit sind gut. Ebenso gut ist es, sich immer wieder klar zu machen, daß Morgen auch noch ein Tag ist. Nicht alles muß und kann heute geschafft werden. Wer seine Kräfte bei Zeiten schont, wird nicht nur erfolgreich sein, sondern auch länger leben.

Portrait

Innere Stärke bietet Trainings und Coachings mit den Schwerpunkten Stressprävention, Burn-Out-Prophylaxe und soziale Kompetenz. Die Trainings sind wissenschaftlich fundiert und auf den Transfer in den Berufsalltag und die Freizeit der Menschen abgestimmt. Personalentwicklung state of the art.

News-ID: 1087632 • Views: 650 (Stand: 05.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1087632/Morgen-ist-auch-noch-ein-Tag.html>