



MODUL 6:

KLARLÆG DIT UNIKKE FORMÅL I DIT LEDERSKAB

Gennem at samle “guldet”, du har modtaget under forløbet og SoulQuesten, kan du danne grundlaget for at klarlægge dit sjælsformål.

At være menneske er at blive synlig,
mens du bærer det, der er skjult,
som en gave til andre.
~ David Whyte

Opgave 1

Morgen Mirakel Meditation

I perioden efter SoulQuesten skal du vende tilbage til Morgen Mirakel Meditation. Fordelene ved meditationen er, at du skaber et dagligt rum til stilhed, forbindelse til din krop, til det, du er taknemmelig for og til at sætte en god intention for din dag. Du finder meditationen i modulbiblioteket under modul 1. Meditationen varer 16 minutter.

Opgave 2

Tiden efter din SoulQuest

1. Fortsæt med at lade Quest-oplevelserne synke ind og folde sig ud. Lad budskaberne og indsigterne, du har modtaget, blive endnu mere tydelige over den næste tid. Vær særlig opmærksom på drømme, intuitioner, aha-oplevelser og anelser, som måtte komme til dig i denne tid, efter din SoulQuest. Du kan også tilbringe tid i naturen på en gåtur, hvor du fortsætter fordybelsen.
2. Genbesøg følgende liste over ting, som du kan reducere eller eliminere, så du fortsætter med at dedikere dig til at højne din energi, og slippe uhensigtsmæssige vaner, i den kommende periode. Vælg noget nyt fra listen eller fortsæt med det, du valgte fra, inden SoulQuesten.

TV

Sukker

Junk Food

Alkohol

Kaffe

Online afhængighed (ex. Email, Facebook, Youtube, konstant at tjekke telefonen, Netflix, Nyheder etc.)

Arbejdsnarkomani

Andre afhængigheder

3. Vend tilbage til disse to spørgsmål og reflekter skriftligt over dem igen, nu, hvor du har været på SoulQuest.
 - Hvilke overbevisninger om, hvordan jeg bør være, og hvordan verden bør være, skal jeg give slip på? (Er der fx. Bestemte roller, ejendele, relationer eller aktiviteter, som jeg skal give slip på?)
 - Hvilken ny fase i mit liv og lederskab er ved at opstå?

Opgave 3

Klarlæg dit unikke formål i dit lederskab



For at finde formålet i dit lederskab er der fire områder, der skal afklares. De fire aspekter udgør modellen Leadership Purpose Process og består af Passion, Gifts, Vision og Task. Fællesnævneren for dem er dit formål; dit Soul Purpose.

Passion er din daglige drivkraft, din indre ild. Din passion er dét, du er draget af og elsker at gøre. Det er gennem din passion, at du kan opleve momenter af flow i arbejdet, hvor tingene flyder optimalt, og hvor opgaverne og indsatsen går op i en højere enhed. Når passionen udvandes, kan vi miste mening og arbejdsglæde.

Gifts er dine styrker og din essens og er med til at forme, hvem du er. Du bringer noget enestående med dig, som skal sættes i spil i lederskabet. Dine gaver kommer både dig selv og andre til gode, da de udmønter sig i aktiviteter, der gør en forskel.

Vision er et ønske, der driver dig frem i dit lederskab. Et ideal, der inspirerer dig i sådan en grad, at du er villig til at gøre det arbejde, der skal til for at realisere visionen over tid. Visionen er et udtryk for dit formål som leder og skal løbende tjene som inspiration til at omsætte dit formål i praksis. En vision skal kunne kommunikeres kort og præcist, så dine medarbejdere engageres i at gøre den til virkelighed.

Task er en konkret opgave, du sætter i værk for at opnå et specifikt mål. Det er et konkret skridt til at omsætte visionen i praksis. Hvor din vision er det store billede, der leder hen imod et stort mål, er task dit næste skridt; et håndgribeligt og mere kortsigtet mål. Der kan derfor være flere konkrete opgaver, som skal udføres for at manifestere din vision.

1. Læs dine noter fra øvelserne i Introduktionen og Modul 1-5 igennem samt fra meditationerne og fra din SoulQuest (fx. SoulQuest Inkorporering Worksheet). Udvælg den vigtigste viden/indsigter, som du har fået gennem forløbets øvelser, meditationer og sessioner.
2. Skriv "guldet" ind under hver af nedenstående sætninger/kategorier. Så du ender op med de allermest inspirerende og vigtige ting under hver kategori.
 - Min passion er...
 - Mine styrker og essens er...
 - Min vision er...
 - Min næste konkrete opgave (for at omsætte min vision i praksis) er...

Opgave 4

Skab et billede eller symbol, der repræsenterer dit sjælsformål

Vores sjæl kommunikerer ofte i billeder og symboler. Derfor er det naturligt, at vores sjælsformål bedst udtrykkes gennem et billede eller et symbol. Efter, at du har draget "guldet" ud fra hele processen og formuleret dine sætninger i opgave 3, er det nu tid til at arbejde intuitivt med at male eller tegne dit sjælsformål.

1. Skab et uforstyrret rum, og begynd med en meditationsstund.

2. Genlæs dine sætninger om din passion, dine styrker og essens, din vision og din konkrete opgave fra opgave 3, og tegn/mal fællesnævneren for dem; det bagvedliggende billede/billeder, der udtrykker dit sjælsformål = soul purpose. Medbring dit billede/billeder til vores næste session.
3. Hvis der kommer ord eller sætninger ind, som udtrykker dit sjælsformål, så skriv dem ned.

Mit sjælsformål er...