

Mein Jahresrückblick.

Es ist der 29. Dezember 21.00 Uhr und theoretisch habe ich grade so viele Sachen zu tun und noch zu erledigen, dass ich nicht mal eine Stunde Zeit habe um mich mit meinem Jahresrückblick zu beschäftigen. Die Stunde Zeit wollte ich mir jetzt aber doch nehmen, weil ich genau weiß, wie wichtig es ist und wie gut es einem tut. Ich hab jetzt mittendrin meine Arbeit beendet, hab jetzt heute Fitness sausen lassen und hab sogar meinen Bruder ins Nebenzimmer verfrachtet, damit ich meine Ruhe habe und JA KLAR weiß ich, dass es mit einer Stunde nicht getan ist und ich sicher bis in die Nacht dran hocken werde: Aber Fuck it!

Das hier ist mein (gerade eben überarbeitetes) Visionboard, dass ich ziemlich genau vor 365 Tagen zusammengebastelt habe...



Ich liebe dieses Visionboard immer noch, auch wenn es jetzt schon so gut wie in der Papiertonne liegt. Das beschreibt sooo gut, welchen Plan ich hatte, aber nicht nur welchen Plan, sondern viel mehr mein Leben - und zwar komplett! Ich bin sehr gespannt, ob ich es nochmal so gut hinbekomme für 2018 oder jemals...



Jetzt aber erstmal mein Rückblick - am besten mach ich es genau nach den Bereichen (die für mich immer und eigentlich bei jedem Menschen zum Leben dazu gehören) meines Visionboards und fange direkt oben an:

BODY - Ich wollte es ENDLICH schaffen! Endlich meine Wohlfühlfigur erreichen. Und ob du es glaubst oder nicht ich habe noch niemals so gesund und so gut gegessen, wie dieses Jahr. Ich habe auch noch nie so viel Fitness gemacht, wie dieses Jahr. Und TROTZDEM habe ich es NICHT geschafft... Traurig aber wahr. Man kann sich jetzt drüber streiten ob ich halt doch zu faul war und doch zu viele Ausnahmen gemacht habe und anfangs doch noch meine Sucht ein Thema war oder ob es tatsächlich daran lag, dass ich rückblickend unfassbar viele Fitnesspausen eingelegt musste wegen: 2 Operationen, 2 anderen Verletzungen, 2 mal ne Woche krank im Bett gelegen bin, 4 Tattoo-Sitzungen und 6 Reisen dieses Jahr (wo kleinere Trips noch nicht mal enthalten sind) - und jedes Mal habe ich tagelang bis wochenlang kein Sport machen können/dürfen... Aber hey - der Weg ist das Ziel! Irgendwie war ich trotzdem sau oft im Fitness, bin etliche Male im Ammersee schwimmen gewesen, habe einen Snowboardkurs gemacht, habe ThaiChi und Yoga ausprobiert, hab das erste mal eine Fitness-Woche mitgemacht, habe noch einen Tages-Workshop von einer anderen Kampfkunst mitgemacht (weiß nur leider den Namen gerade nicht mehr), Stand-Up-Paddling hab ich ausprobiert, bin Trampolin gesprungen, war wandern in den Bergen, hatte viel Bewegung auf meinem Bauernhof und hab mich allgemein sau viel bewegt.

Obwohl ich dieses Jahr doch noch viele Rückfälle hatte, habe ich soooooo viel leckere GESUNDE und echt gute Sachen gegessen, wo ich es immer noch jeden Tag feiern könnte, was es alles für geile leckere Sachen gibt und so EINFACH und günstig und jaaaa... all das auch ohne Herdplatte und Ofen und Kühlschrank! ☐ Achja - und ich hab dieses sogar die 7 Tage Heilfasten durchgezogen. Richtig geile Erfahrung! Kann ich auf jeden Fall empfehlen, wenn gesundheitlich nichts dagegen spricht - ich schwöre, man stirbt nicht, wenn man eine Woche nichts isst ☐

MIND - Ich weiß nicht ob es mein krassestes Jahr insgesamt war, seitdem ich mit bewusster Persönlichkeitsentwicklung angefangen habe und damit unglaublich viel lernen zu wollen. Jedenfalls habe ich auch dieses Jahr ungefähr jede freie Minute damit verbracht an meiner Website zu arbeiten, ich habe sooo viele Youtube-Videos angeschaut, ich habe soooooo viel gelesen - ich kann selber gar nicht glauben ☐ Und inzwischen hab ich es echt auch langsam drauf, fast ALLES aus sämtlichen Perspektiven sehen zu können, aus fast JEDER Situation etwas zu lernen und das im Standby-Modus. Ich hab mich solange mit dem ganzen Zeug beschäftigt, dass es so langsam richtig krass tief in mir drin ist, dass ichs einfach mache. Und ich sag's euch: Das ist GEIL!

Auch was das Managen von dem ganzen Wissen und der Informationen angeht, hab ich sau viel dieses Jahr dazu gelernt, einfach aus meiner Erfahrung privat und vom Job - das absolute Highlight war dann halt noch, dass ich auf den Studiengang 'Informationsmanagement und -Technologie' gekommen bin. Ich konnte es ja gar nicht glauben - THAT'S ME!

DIGITAL - OMG! Wie alle Teile, liebe ich diesen Bereich in meinem Leben! Aber ich war tatsächlich noch nie so krass digital unterwegs, wie in diesem Jahr! - Warum? Vielleicht der Wandel der Zeit und wahrscheinlich auch weil ich es wollte! Ich liebe die digitale Welt, mit all ihren Möglichkeiten und was sie zu bieten hat ☐ Wie ich eben schon erwähnt habe, ich habe so viele Youtube-Videos angeschaut, ich habe so viele Blog-Artikel gelesen, ich habe so viele Fotos gemacht, sortiert und geteilt, ich habe so viel geschrieben, ich habe so viel gegoogelt - so viel dass es vermutlich schon grenzwertig ist! Ich habe ja dieses Jahr sogar nicht nur Youtube-Videos angeschaut, stimmt es war ja DIESES JAHR, wo ich endlich damit angefangen habe, auch selber zu drehen, zu schneiden und hochzuladen, nachdem ich es schon ein zwei Jahre aufgeschoben habe. Etwas schade ist, dass ich meine 100 Videos nicht mehr geschafft hab, was mein Ziel für 2017 war, aber das hab ich jetzt echt ums verrecken nicht mehr geschafft! Ich habe inzwischen über 2500 Fotos auf instagram von mir geteilt und davon die meisten in diesem Jahr. Ich habe einen Fotokurs gemacht. Ich hab meine eigene Website umgeschwitcht, sodass ich mehr individuell programmieren kann - holla, gar nicht so einfach und schon gar nicht, wenn man dann sein Wissen auch im Job einsetzen will. Online-Marketing - auch das ist inzwischen offiziell teil meines Jobs!

eBook, das ist wohl das einzige, wo ich auch dieses Jahr wieder nicht angefasst habe, aber mal sehen, vielleicht bekomm ich das dann irgendwann auch doch noch hin ☐



SOCIAL - Party, das kann ich gleich sagen, die ist dieses Jahr sehr sehr sehr kurz gekommen! Vielleicht ungewohnt für alle die mich von früher kennen, aber ich war dieses Jahr ohne Witz nicht einmal richtig feiern ☐ unglaublich, aber wahr. Und hey, ich lebe immer noch ☐

Halb so schlimm, denn ich habe (auch ohne Partys) so tolle Menschen kennengelernt und noch mehr schätzen gelernt! Ich weiß gar nicht wo ich anfangen soll... Soll ich überhaupt anfangen? Oder ist das jetzt zu viel? Ich weiß es nicht... ich mach's einfach ☐

Ich habe meinen Coach kennengelernt, mit dem ich dieses Jahr mein erstes (und bisher einziges) Coaching hatte. Ich habe auf meinen Meditations-Schweigekloster-Polen-Trip so viele, so liebe, so verschiedene, so interessante und coole Persönlichkeiten kennengelernt. Ich habe meine Kollegen noch viel besser kennengelernt - ich will ja auch gar nicht verschweigen, dass jeder seine Macken hat (ich wahrscheinlich vor allen anderen :D) aber ich arbeite in so einem coolen Team, mit so tollen Kollegen, jeder für sich einzigartig und es macht gerade soo viel Spaß hier zu arbeiten! Wenn wir schon bei Arbeit sind: Ich weiß manchmal gar nicht, wie andere Leute das machen mit Vorgesetzten, die nicht so open minded sind, für die Weiterentwicklung und Veränderung ein nerviges Übel ist, mit denen man nicht über alles reden kann und mit denen man nicht zusammen arbeiten und jeder für sich wachsen kann - und ich bin so dankbar das mein Chef einfach cool ist!

Aus vielen Bekanntschaften sind unglaublich gute Freundschaften geworden! Ich bin so dankbar aktuell Menschen in meinem Leben zu haben, wo ich weiß, dass ich mit ihnen über bestimmt Dinge reden kann, dass sie für mich da sind IMMER und egal was passiert! DANKE einfach.

Ein besonders fettes Danke dabei an einen Menschen, mit dem ich so niemals gerechnet hätte! Ein Mann, der so viel gibt, so herzlich ist, der mit seiner Art und Einstellung sein ganzes Umfeld bereichert. Nicht mein Mann, sondern der meiner Mutter ☐ ... und sie hat ihn definitiv verdient!

Apropos Familie... ich weiß auch nicht, wann ich so viel Familie letztes Mal hatte, wie dieses Jahr! Ich meine ECHTE Familie. Keine vorgeheucheltes Heile-Familie-Getue oder verkrampftes Beisammensein oder Vorspielen dass es einem gut geht, sondern einfach ECHT SEIN, zusammen sein und zusammen Spaß haben! Und noch dazu kamen die letzten 12 Monate so viele kleine Begegnungen, die mein Jahr bereichert haben: Der Schreiner, der mein absolutes Vorbild ist, wenn es um das 'einfache' Leben geht.

Das Team im Supermarkt, die jeden Tag den Laden schmeißen und man inzwischen persönlich kennt.

Der Imbiss-Buden-Besitzer, der definitiv die richtigen Werte lebt und dazu noch die besten Burger macht.

Die Frau, die richtig Karriere gemacht hat, aber weiß dass Geld nicht alles ist im Leben.

Der Typ, der Visionen hat und sie mit uns teilt.

Der Typ, der zwei Gesichter hat, niemals aufgibt, unfassbar cool ist und ich immer noch diese Seite sehen kann.

Diese Frau, die soo liebevoll ist, mit so herzlich aufgenommen hat und ich mich dort immer noch zuhause fühle.

Der Typ, der weiß, was er will und mich immer wieder sprachlos macht.

Der Typ, der immer da ist, auch wenn er nicht da ist und mit dem man die besten Diskussionen führen kann.

Der Typ, mit dem es einfach Spaß macht abzuhängen.

Der Typ, der scheinbar keine Sorgen hat und einen immer wieder zu mehr Leichtigkeit inspiriert.

Der Typ, der ein Auto hat, wo sogar mein Surfbrett reinpasst.

Die Frau, die so lustig ist, so offen und irgendwie sau cool - wo ich mich frage, warum nicht früher?

Die Frau, die so offen, so konsequent, so stark, so liebevoll, so schön ist und das oft nicht erkennen kann.

Alle die Menschen, die mich genauso ertragen, akzeptieren und lieben, wie ich eben bin ♥

Sooo viele Menschen, die so interessante, aufregende Leben haben. Sooo viele Menschen, die so viel wissen und können und geben und ausstrahlen und uff. ☐

Achja - ich hab mich auch von einigen Menschen 'verabschieden' müssen. Missverständnisse, man hat sich verändert, manche sind heimlich gegangen und keinen hats gestört, vielen habe ich 'Tschüss' gesagt, einige haben mir 'Tschüss' gesagt - und ein guter Freund von früher ist gestorben, ohne dass wir uns einander nochmal Tschüss sagen konnten.

Menschen kommen und Menschen gehen, auch das gehört zum Leben dazu.



REGIONAL - War ja gar nicht so geplant, aber ich war dieses Jahr schon recht viel unterwegs...

Ich will gar nicht genau auf jede Reise eingehen, wenn du schau willst wo ich überall war, dann gerne hier mit Fotos und Stories: travelling&homes. Was aber jeder wissen sollte und was ich hier nochmal erwähnen will: Reisen ist LEBEN, wie umgekehrt leben REISEN ist! Reisen tut immer gut. Reisen führt einen zu sich selbst zurück. Unvergessliche Abenteuer. Neue Kulturen und Menschen. Atemberaubende Glücksmomente. Ein Koffer voller Erinnerungen. Reisen bewegt - Beine und Kopf! Reisen ist pure Erfüllung! I ♥ it ☐

Bei all dem unterwegs sein, sollte man jedoch nie außer acht lassen, wo man ZUHAUSE IST. Allgemein geht's darum die Achtsamkeit, das leichte Leben, den offenen und neugierigen Geist, den man auf Reisen hat auch mit nach Hause mit zu nehmen. Wie so oft, ist es einfach die Einstellung die zählt ☐

Und was soll ich sagen, ich habe dieses Jahr größtenteils in Herrsching am Ammersee, zwischendurch in Kaufbeuren und anfangs noch in Stötten beim Forggensee verbracht. Der Forggensee ♥ meine Wohnung in Stötten ♥ die Berge ♥ die Sonne ♥ wenn sie aufgeht und untergeht ♥ der Mond ♥ die Landschaften ♥ der Ammersee ♥ die Natur ♥ mein Zimmer in Herrsching ♥ mein Bauernhof ♥ die Straßen ♥ die Menschen ♥ das Leben überall hier ♥ - i ♥ it ☐

SEXUAL - das ist wohl der einzige Bereich, wo es nicht viel zu sagen gibt.

MATERIAL - ... seitdem ich erwachsen bin (meine Kindheit zähl ich da jetzt mal noch nicht dazu), hatte ich wohl noch nie so wenig Besitz, wie jetzt. Glaubs oder glaub es nicht - aber es ist wirklich so: Was du besitzt, besitzt früher oder später dich! Besitz macht dich unfrei und unflexibel. Dank viel lernen, viel überwinden, viel üben, viel Zeit, viel Aussortieren und dieses Jahr wieder einem Umzug bin ich echt viele meiner damaligen Sachen losgeworden. Und es geht noch viel mehr! Ich freue mich jetzt schon auf meinen nächsten Umzug ☐

SPIRITUAL - DANKE. DANKE. DANKE, dass ich lernen durfte, dass auch dieser Teil zum Leben dazugehört. Es macht einen riesengroßen Unterschied im Leben, wie man sich fühlt und genau darum geht es hier inkl. allen Gewohnheiten und Faktoren, die unsere Gefühle und unser Seelenleben beeinflussen. Es geht noch soooo viel mehr, immer und sowieso ABER all dem, was ich bisher schon geschafft habe: So viel Dankbarkeit, so viel Gelassenheit, so viel Vertrauen, so viel Frieden, so viel Hoffnung, so viel Geduld, so viel Achtsamkeit, so viel Glück, so viel Leichtigkeit und so viel Liebe, wie aktuell in meinem Leben herumschwirrt, habe ich 2017 ein Zeichen gesetzt! Das war ja schließlich nicht immer so und ich weiß, dass es nicht selbstverständlich ist und ich liebe Tattoos, also gab es dieses Jahr das hier: Kleine Raupe Nimmersatt / Tribal / Schmetterling

FINANCIAL - Die Richtung die ich eingeschlagen habe ist optimal. Ich muss jetzt bloß noch so weitermachen und akzeptieren, dass halt nicht alles auf einmal geht, aber das wird schon. Immer mehr. Jeden Tag ein bisschen schlauer, besser und ein bisschen mehr ☐ Ich bin abgesichert. Ich hab einen Finanzplan. Ich habe ultra übersichtliche Unterlagen und Ordner. Mein Finanzpolster ist aufgefüllt. Ich habe das komplette Jahr (fast durchgehend!) meine Finanzen getrackt, also komplett die Ausgaben und Einnahmen dokumentiert und ausgewertet! Und allein, dass ich das geschafft habe, ist schon krass - wenn du meinst das ist einfach, dann mach's mir erstmal nach und dann reden wir weiter. ☐

TIME - Der letzte Teil meines Visionboards...

"Jeden Morgen beim Aufwachen haben wir vierundzwanzig brandneue Stunden zu leben. Ein köstliches Geschenk!" So ist es! Zugegeben und nicht weiter verwunderlich - ich habe NICHT jeden Tag so gelebt. Ich hatte 2017 auch NICHT das perfekte Zeitmanagement. Ich habe es NICHT geschafft meine Routinen jeden Tag, jede Woche, jeden Monat durch zuziehen. Ich habe es auch NICHT geschafft alle meine Gewohnheiten so zu schaffen, wie es am besten für mich wäre. Nein, das alles NICHT! - ABER ich bin einfach dieses Jahr weiter gelaufen, wo ich damals die ersten Schritte gemacht hab im Bezug auf meine Gewohnheiten, Routinen und mein Zeitmanagement.

Und weißt du was: ES FUNKTIONIERT! Wenn du bis hier gelesen hast, dann gibt's jetzt diesen Tipp des Tages mit 3 Schritten zum Erfolg: ANFANGEN, WEITERMACHEN, NICHT MEHR AUFHÖREN! Ich verspreche dir das funktioniert ☐

Und was auch funktioniert sind gottverdammte Routinen! Es gibt bloß ein Haken - man muss sie halt machen ☐ Das hab ich 2017 nicht immer, aber hin und wieder und immer öfter und darum geht's! ☐

Sooo... jetzt ist es schon der 30. Dezember und genau 0.30 Uhr - mein Visionboard für 2018 steht jetzt noch an und deshalb fällt mein Jahresrückblick so 'kurz' aus. Ohman ich könnte noch so viel mehr schreiben...



Was ich gesehen, gemacht, erlebt und gelernt habe... so viele Dinge. Aber hey - Schluss für heute!
Schluss für dieses Jahr - geil wars! ... und jetzt ist das nächste dran: **2018 - HERE I AM** ☐
