

Dein Herzkurs

Hast du Lust, neue Dinge in dein Leben zu erschaffen, die dir das Gefühl geben wirklich zu leben?

Etwas, das dich trägt, etwas, das deinen Werten entspricht, vielleicht sogar etwas, das anderen Menschen hilft?

Etwas, das dir Sinn gibt und wofür du brennst? Hier sind ein paar inspirierende Fragen zur Selbstreflektion:

Wie oft tust du die Dinge, die du wirklich tun willst?
nie / selten / immer wieder / häufig / sehr oft / immer

Wie oft und wie stark werden deine Entscheidungen von anderen Menschen beeinflusst?
nie / selten / immer wieder / häufig / sehr oft / immer

Wie oft tust du Dinge aus schlechtem Gewissen oder aus Schuldgefühlen heraus?
nie / selten / immer wieder / häufig / sehr oft / immer

Wie oft tust du Dinge, nur weil andere sonst schlecht von dir denken könnten?
nie / selten / immer wieder / häufig / sehr oft / immer

Bestimmen eher andere dein Leben oder bestimmst du selbst, was in deinem Leben geschieht?

Wie fühlst du dich damit?

Dein Warum

Wenn du eine Sache auf der Welt jetzt sofort ändern könntest, was wäre es?

(Das, was wir am meisten vermissen, sind die Werte, wofür wir angetreten sind.)

Wer bist du, wenn du weißt, für was du stehst?

Was wünschst du dir in / von deinem Leben?
Was möchtest du in deinem Leben noch erreichen oder machen?

Welche Veränderungen liegen vor dir?

Was hindert dich daran, diese vorzunehmen?

Wie lange willst du das schon verändern?

Warum bist du bereit, für dich einzustehen?

Was war dein Durchbruch im Leben?

Was ist ein Traum oder ein Ziel, das einst unmöglich schien, aber heute in deinem Leben ist?

Welches war der Moment, der alles verändert hat?

Was hat ihn ausgelöst? Was machte die Veränderung zu einem Muss?

Was machte es möglich, dass diese Veränderung von Dauer war?

Neue Überzeugung, Strategie, Einsicht?

Mache dir klar, wo du jetzt stehst

Welcher Bereich in deinem Leben muss jetzt auf die nächste Stufe gebracht werden?

Wo willst du wirklich hin und Warum?

Was sind die emotionalen Muster, die dir nicht helfen?

Welche Überzeugung steht dir im Weg und muss verschwinden?

Was hat dich diese Überzeugung bisher gekostet?

Was ist das Gegenteil von dieser Überzeugung?

Was ist eine neue Überzeugung? / Was ist eine Wahrheit, die dich befreien wird?

Was ist die eine große Maßnahme, die dir helfen wird, dieses Ziel zu erreichen?

Was ist deine Motivation für die Entscheidung?

Werde dir darüber klar, was du nicht willst.

Was ist die Konsequenz, die du vermeiden oder bekämpfen willst?

Was deutet darauf hin, was du stattdessen mit aller Macht willst?

Wenn du dich diesen Dingen zuwenden würdest, was könntest du dann denken, sagen, entscheiden und tun?

Du musst bereit sein zu entscheiden, dass es die Folgen oder potenziellen Konsequenzen wert ist.

Warum ist es dir das wert?

Info zum Herz-Kurs findest du hier:

<https://www.ersin-ercelik.de/herzkurs>