

27 провокационных вопросов

*Вопросы, которые ломают защитные
механизмы и открывают доступ к настоящим
причинам твоих страданий.*

1. Кто ты, если убрать все роли (отец, предприниматель, праведник)?

→ Многие паникуют: «Ничто». А ведь именно в «ничто» рождается новое «я».

2. Что бы ты сделал, если бы знал, что никто никогда не узнает?

→ Ответ покажет, что вы делаете из страха осуждения, а не из желания.

3. За что ты ненавидишь себя больше всего?

→ Это то, что ты не простишь другим.

4. Что ты скрываешь даже от себя?

→ Это твоя главная точка силы.

5. Если бы ты умер сегодня — кому стало бы легче?

→ Не мрачно. Это вопрос о токсичной жертвенности.

6. Кого ты используешь как «антидепрессант»?

→ Партнёр, дети, подчинённые — часто бессознательные «опоры».

7. Что ты даёшь, чтобы не получать?

→ Щедрость как способ избежать близости.

8. Кого ты боишься потерять больше, чем уважать?

→ Зависимость маскируется под любовь.

9. Что ты не прощаешь другим — потому что не простишь себе?

→ Обида — это зеркало.

10. Если бы тебя не боялись — ты бы стал слабее или сильнее?

→ Многие строят авторитет на страхе, а не на уважении.

11. Если бы ты знал, что у тебя остался год жизни — что бы ты перестал делать СЕГОДНЯ?

→ Ответ — список того, что вы терпите из-за иллюзий.

12. Что ты откладываешь «до лучших времён»?

→ А если их не будет?

13. Что ты не успеешь сказать перед смертью?

→ *Говори это сейчас.*

14. Кто унаследует твои комплексы?

→ *Дети? Партнёр? Сотрудники?*

15. Если бы смерть пришла сегодня — ты бы сказал, что жил по собственным правилам?

→ *Или по ожиданиям других?*

16. Чего ты боишься больше — быть никем или быть собой?

→ *Большинство выбирают «никем» — безопаснее.*

17. Что ты делаешь, чтобы тебя не уважали, но и не трогали?

→ *Мир как стратегия выживания.*

18. Кого ты считаешь «врагом» — потому что он отражает твою тень?

→ *Враг — это неотработанная часть тебя.*

19. Что ты контролируешь, чтобы не чувствовать бессилие?

→ *Контроль — иллюзия безопасности.*

20. Если бы ты потерял всё — что бы осталось?

→ *Именно это — твоя суть.*

21. От чего ты свободен, но делаешь вид, что зависи́м?

→ *«Я должен» — часто «я не решаюсь».*

22. Что ты называешь «судьбой» — чтобы не брать ответственность?

→ *Судьба — удобный оправдатель.*

23. Что ты не начинаешь, потому что боишься довести до конца?

→ *Незавершённость как способ избежать оценки.*

24. Кто дал тебе право страдать?

→ *Страдание — часто скрытый выбор.*

25. Что ты делаешь «ради других» — чтобы не жить для себя?

→ *Жертвенность как побег от свободы.*

26. А что, если всё, во что ты веришь, — ложь?

→ *Не для паники. Для проверки: что останется, если убрать иллюзии?*

27. Что, если ты уже всё получил — и просто не заметил?

→ *Счастье не в будущем. Оно здесь. Прямо сейчас.*

Ты уже свободен. Осталось только это принять.