

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?

→ *Vrag — 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 зависим?

→ «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.