



HAVASS
Academy & Coaching

TAG 1

Ist es nicht interessant, dass viele Menschen eigentlich nicht wissen, was sie wollen?

"Ich will keine Missgeschick mehr."

"Ich möchte nicht mehr traurig sein."

"Ich will mich mit all dem nicht auseinandersetzen."

Okay, was willst du? Wie sieht dein ideales Leben aus? Von welchem Leben träumst du, wenn du deine Augen schließt? Was für ein Bild ist es, das ein Lächeln auf dein Gesicht zaubert?

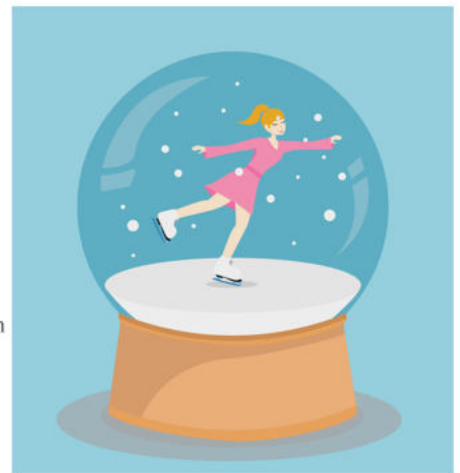
Deshalb möchte ich dich dies vor all deinen Schritten zum Ziel fragen.

Wie sieht dein ideales Leben aus?

Wie sieht das Bild aus, das dein Herz mit Freude und Frieden füllt?

Vergiss alle deine Ziele, versuche einfach nur dies zu sehen.

Bitte schaffe dir heute einen Zeitraum, in dem dich niemand stört. Stelle dir dein ideales Leben in einem Bereich vor, in dem du dich wirklich wohl und sicher fühlst. Was für ein Leben hast du? Wie vergehen deine Tage? Wie wachst du auf? Wie sind deine menschlichen Beziehungen? Was für Menschen sind bei dir? Wo wohnst du zum Beispiel? Wie fühlst du dich? Welche Tätigkeit übst du aus? Welche guten Gefühle beherrschen deine Seele tagsüber? Dann stelle deinem Herzen diese Fragen, die dir helfen zu verstehen, was du wirklich willst:



- Was für eine Person wärest du gerne?
- Gibt es etwas, das du schon immer wolltest, aber Angst hast, es zu versuchen?
- Gibt es etwas, worüber du sagst "Es wäre großartig, wenn ich mir mehr Zeit dafür nehmen würde!"
- Welche Gefühle hättest du gerne mehr in deinem Leben?
- Wie würde ein idealer Tag für dich aussehen?

Lege vorerst alle Ziele beiseite, die du dir vorgenommen hattest und notiere die Antworten auf diese Fragen auf zwei Seiten deiner Arbeitsagenda. Mal sehen, was für ein Bild dein Herz zeichnen wird?



Aufgaben

- Wie wäre ein ideales Leben für dich, das dein Herz mit Freude und Frieden füllt?
Fülle die Kategorien in deiner Arbeitsagenda anhand dieser Frage aus.
- Vergesse nicht, die Fragen auf der zweiten Seite des ersten Tages zu beantworten!

