

*Der Ruf deiner Seele: Finde deinen
Platz im Leben und deine Bestimmung*



Teil 4

**Wahrnehmung von Liebe
& Lebensqualität**

Teil 4

CHECK - IN

WELCHE THEMEN SIND GERADE PRÄSENT BEI DIR (ALLGEMEIN)?

WO STEHST DU GERADE AUF DEINEM SEELENWEG?

WELCHE INNEREN UND ÄUSSEREN WIDERSTÄNDE SIND GERADE PRÄSENT?

WAS IST DEINE INTENTION FÜR DIESEN KURS? WAS IST DEIN WARUM?
WIE MÖCHTEST DU DICH FÜHLEN? WAS WÜNSCHT DU DIR AM MEISTEN?

Teil 4

Liebe

Was fällt dir schwer, bedingungslos anzunehmen und zu lieben?

Sage dir einmal den Satz auf: "So wie ich bin, bin ich vollkommen in Ordnung." Welche Widerstände kommen da hoch? Was macht dieser Satz mit dir? Fühlt er sich richtig oder falsch an?

Was würde bei deinen 3 größten Herausforderungen die Liebe tun? Was würde sie dir sagen?

Teil 4

Lebensqualität

Was sind die drei wichtigsten Dinge, die du täglich brauchst, um dich genährt und ausgeglichen zu fühlen?

Wann hast du das letzte Mal gespürt, dass du ganz bei dir und im Einklang mit dir warst? Beschreibe diesen Moment.

Was hindert dich momentan daran, dir mehr Zeit für Selbstfürsorge einzuräumen?

Teil 4

Ikigai: Was liebst du?

Bei welchen Aktivitäten vergisst du vollkommen die Zeit?

Welche Themen oder Gespräche wecken deine Begeisterung so sehr, dass du stundenlang darüber reden könntest?

Wofür würdest du auch ohne Bezahlung arbeiten?

Welche Tätigkeiten geben dir Energie, anstatt sie dir zu nehmen?

Teil 4

Ikigai: Was liebst du?

Was würdest du tun, wenn du wüsstest, dass du nicht scheitern kannst?

Welche Aktivitäten aus deiner Kindheit haben dir die größte Freude bereitet?

Bei welchen Momenten in deinem Leben hast du dich lebendig und erfüllt gefühlt?

Welche Art von Büchern, Filmen oder Podcasts ziehen dich immer wieder an?

Teil 4

Ikigai: Was liebst du?

Was würdest du tun, wenn du plötzlich einen Monat frei hättest?

Welche Themen oder Probleme in der Welt berühren dich emotional?

In welchen Momenten fühlst du dich völlig im Einklang mit dir selbst?

Welche Aspekte deiner aktuellen Arbeit oder deines Hobbys bereiten dir am meisten Freude?

Teil 4

Ikigai: Was liebst du?

Was würdest du gerne lernen, wenn du unbegrenzt Zeit hättest?

Was würdest du tun, wenn du keine Verpflichtungen oder finanziellen Einschränkungen hättest?

Welche Bereiche berühren Dein Herz, wenn Du daran denkst oder sie tust?

In welchem Bereich hast Du ständig neue Ideen?

Teil 4

ZUSAMMENFASSUNG TEIL 4

WAS WAR DIE WICHTIGSTE ERKENNTNIS IN DIESEM TEIL FÜR DICH?

UM IN DIE UMSETZUNG ZU KOMMEN: WELCHE MINI-SCHRITTE KANNST DU SOFORT UNTERNEHMEN?

WELCHE SCHRITTE KANNST DU INNERHALB DER NÄCHSTEN WOCHEN UND MONATE UNTERNEHMEN?