Anne Heintze

Berufung und Lebenssinn

Wie du deine Lebensaufgabe und wahre Berufung findest

(c) Anne Heintze - www.open-mind-akademie.de

Inhaltsverzeichnis

ICH GRÜßE DICH GANZ HERZLICH! 4

LESEN ALLEIN REICHT ABER NICHT 5
WIE ES VIEL LEICHTER GEHT! 6
DEINE ERSTE AUFGABE 7

DEINE WERTE, DIE WEGWEISER ZU DEINER BERUFUNG 8

ENTDECKE DEINE PERSÖNLICHEN GRUNDLAGEN 9
ERKENNE 7 WICHTIGE EBENEN 10
DIE MASLOWSCHE BEDÜRFNISPYRAMIDEE 14
LERNE DEINE WERTE KENNEN 16
WEIßT DU, WAS DIR WIRKLICH WICHTIG IST? 18
FRAGEN IM ZUSAMMENHANG MIT DEINEN WERTEN 18
WAS SIND WERTE EIGENTLICH? 21
WERTE SCHAFFEN WERT 23
FINDE DEINE GANZ PERSÖNLICHEN WERTE 23

GANZ PRAKTISCH: WIE FINDEST DU DEINE WERTE? 25

Übung: Werte entdecken 25
Eine weitere Übung: Die CIA-Methode. Was ist das? 30
Übung: Der 80. Geburtstag 33
Übung: Lebensbereiche 36
BLEIB DRAN!!! 38
MACH DEINE FORTSCHRITTE SICHTBAR 40
GLAUBST DU, DASS DU „UNMÖGLICHE ZIELE“ HAST? 43
Berufung, Sinn, Lebensaufgabe, Bestimmung 45
WIE DU DEINE PERSÖNLICHE VISION UND BERUFUNG FINDEST 50
WAS IST EINE BERUFUNG ODER BESTIMMUNG? 51
Übung: Erkenntnisfragen an dich 53
WIE FINDEST DU DEINE BERUFUNG ODER BESTIMMUNG? 54
Mache deine inneren Saboteure ausfindig 57
Übung: Sein, Haben und Helfen 59
VIEL ZU TUN? NICHT WIRKLICH. ODER? 61
BERUF UND BERUFUNG SIND WICHTIG FÜR ERFOLG, ABER KEINE GESCHWISTER 63
WIE ERKENNEN WIR UNSERE BESONDERE BERUFUNG? 63

© Copyright by Anne Heintze – www.open-mind-akademie.de

Es gibt viele Berufene in unserer Gesellschaft 64
Genieße die Leichtigkeit des Seins! 65

WIE STEHT'S MIT DEINER SELBSTWIRKSAMKEIT? 67

Was ist Selbstwirksamkeit? 67
Wie sich Selbstwirksamkeit in deinem Leben auswirkt 68
Wie kannst du Selbstwirksamkeit erlernen? 68

FINDE DEIN WARUM 70

Höre dir selbst zu 71
Erkenne dich selbst 72
Deine persönliche Stärke 73

DEINE PERSÖNLICHE LEBENSAUFGABE 76

Nimm deine Situation an 76
Folge deinen Interessen 77
Gestatte dir Abwechslung 77
Vernetze dich mit anderen Menschen 78
Höre auf dein Bauchgefühl 78
Meditiere 79
Gehe in die Stille 80
Beginne zu lieben 81
Lebe es! 82
Finde heraus, was dir Spaß macht 84
Diese Fragen helfen dir deine Stärken und Talente herauszufinden: 85

BERUFUNG, ENERGIE UND GELD 87

Armutsbewusstsein statt Reichtumsbewusstsein 89
Positive Vorbilder sind enorm wichtig. 91
Ein weiterer wichtiger Erfolgsfaktor 91

HINDERNISSE AUF DEM WEG ZUM ERFOLG 93

Ich habe Angst vor Erfolg und den damit verbundenen Symptomen. 93
Ich habe zu wenig Selbstdisziplin 94
Ich scheue mich davor, frech, selbstbewusst und authentisch zu sein 94
Ich habe ein Problem damit, mit etwas Geld zu verdienen, das mir Spaß macht. 95
Mein Unterbewusstsein assoziiert Geld mit negativen Werten 96
Gestatte dir, richtig groß und frei zu denken 97

AUTORIN 98

© Copyright by Anne Heintze – www.open-mind-akademie.de