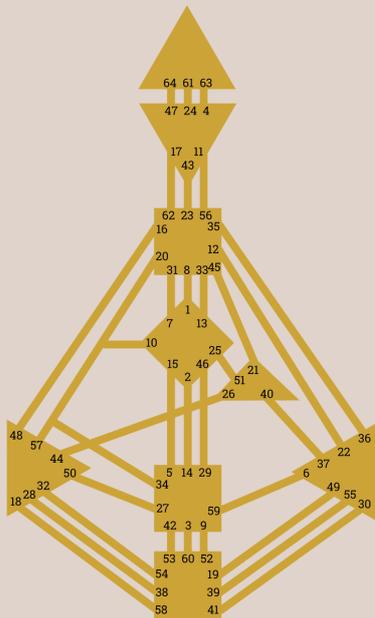


Discover Yourself



Worksheet Manifestierender Generator



Die Strategie

Deine Strategie als manifestierender Generator heißt:

Unüberlegtes Vorauspreschen ist nicht die richtige Strategie des manifestierenden Generators. Du solltest Geduld haben und Deine innere Klarheit abwarten und erst dann zu einem Projekt oder zu einer Beziehung „ja“ sagen, wenn auch Dein Bauchgefühl dazu „ja“ sagt.

Erlaube Dir zu warten, bis Du Deine innere Gewissheit gefunden hast. Dazu solltest Du Dir selbst Fragen stellen, die Du mit „ja“ oder „nein“ beantworten kannst. Offene Fragen dienen Dir dazu nicht. Wenn Dir Dein Bauch ein „ja“ signalisiert hat und Du Dir absolut klar darüber bist, dass Du Dich auf dieses bestimmte Projekt oder diese Beziehung einlassen möchtest, dann kannst Du darin ziemlich genial sein und nichts kann Dich davon abhalten Dich auf Deinen Weg zu erfüllenden Erfahrungen zu machen. Andernfalls kann Dein Leben von Frustration geprägt und chaotisch sein.



Das Konditionierungsthema

Das Konditionierungsthema beschreibt die Folge daraus, wenn Du nicht nach Deiner Strategie lebst. Handelst Du entgegen Deiner Strategie, wird sich daraus Dein Konditionierungsthema einstellen. Das wiederum wird einen negativen Einfluss auf Dein Selbstwertgefühl und Deine Energiebilanz haben. Dein Leidensdruck wird sich erhöhen und Du wirst aufhören zu handeln und stattdessen weglaufen.

Genau wie beim Generator, heißt es auch bei Dir: Lebst Du als manifestierender Generator nicht nach Deiner Strategie, macht sich Frustration und Widerstand bei Dir breit. Folgst Du also nicht Deiner Bauchstimme und wartest Deine Klarheit ab, sondern entscheidest mit dem Kopf, wirst Du letztendlich frustriert sein.

Du wirst auf Dein Projekt oder Deine Beziehung keine Lust mehr haben. Am allerliebsten würdest Du dann alles hinschmeißen und Chaos wird sich in Deinem Leben breit machen.



Coaching-Fragen

Wann hast Du zuletzt etwas getan, was gegen Deine Bauchreaktion war?

Wie ging es Dir dabei? Was hat sich daraus für Dich ergeben?

Wann hast Du gespürt, dass es für Dich nicht passt - bereits am Anfang, oder hast Du keine Klarheit bekommen? Konntest Du Deine Bauchstimme wahrnehmen und was hat sie Dir geraten?

Wie kannst Du es das nächste Mal anders, besser machen?



Reflexion

Beobachte Dich hier:

- An was erkennst Du, dass sich etwas leicht anfühlt? Was kommt mit Leichtigkeit zu Dir?
- Genießt Du das Leben und tust das, worauf Du Lust hast, oder schränkst Du Dich eher ein?
- Unterdrückst Du Deine Power oder lässt Du Deiner Energie freien Lauf? Lass Deine Energie fließen!
- Würdest Du Dich wohl fühlen, wenn Du Dich für eine Sache entscheiden müsstest? Wie wäre es, wenn Du all Deine Fähigkeiten in dieser Sache verwirklichen könntest?
- Verurteilst Du Dich dafür, wenn Du unterschiedliche Sachen anfangen möchtest? Was fühlt sich daran falsch an?
- Wenn Du Lust auf Bewegung hast, lass sie raus! Schränkst Du Dich hier ein?



Affirmationen

Ich lebe mein Leben vielseitig und bunt

Es ist in Ordnung, dass ich keine klare Struktur in meinem Leben brauche.

Ich darf mir erlauben, meine Entscheidung nochmals zu hinterfragen und mich anders zu entscheiden.

Ich nehme mir die Zeit auf meine innere Klarheit zu warten

Ich bringe zuerst ein Projekt zu Ende, bevor ich ein neues starte.

Wenn sich etwas nicht richtig anfühlt, darf ich auch dann NEIN sagen, wenn ich bereits für eine Sache losgegangen bin.