

©Ariane Grünler



Workbook

LEKTION 4

Deine Power-Fragen

Deine innere Göttin liebt gute Fragen.

Gute Fragen schenken Kraft, öffnen Chancen und machen Lösungen sichtbar.

Power Fragen beginnen niemals mit einem Warum, sondern...

- Wie bekomme ich so schnell wie möglich , was ich will?
- Wie kann ich heute ohne Grund einfach glücklich sein?
- Wie werde ich diesen Kurs maximal für mich nutzen und umsetzen?

Dir täglich mindestens eine gute Frage zu stellen ist Selbstliebe pur. Neue Fragen neues Leben. Erstelle Dir diese Woche Deine Liste mit Deinen Top Ten. Wenn Du magst, schreibe sie auf Zettel, die Du zusammenfaltest und in ein großes Glas oder einen Karton legst. Ziehe Dir täglich eine gute Frage und geh an diesem Tag für die Antwort.

Du findest hier eine Auswahl meiner Lieblingsfragen – und darfst Dich gerne daraus bedienen. Ganz unten findest Du auch noch eine kleine Bastelanleitung für Deine guten Fragen.

So frag ich mich glücklich:

- Was würde ich heute tun, wenn ich genau wüsste, was mir guttut?
- Wenn ich mich wirklich lieb hätte, was würde ich sofort lassen?
- Wenn ich mich wirklich lieb hätte, was würde ich sofort tun?
- Was in meinem Leben tue ich noch für die Anerkennung anderer und wie kann ich mir selbst diese Anerkennung geben?
- Wie anders wäre meine letzte Woche verlaufen, wenn ich mein Leben wirklich lieben würde? (was hat gefehlt? Was war zu viel? Was kann ich anders machen?)
- Wo und wie kämpfe ich noch gegen mich? Und was wäre, wenn ich genau jetzt damit aufhören würde? Wie würde ich mich dann fühlen? Und bin ich jetzt bereit dazu?
- Was sehe ich an mir noch als Makel an? Unter welchen Umständen könnte dieser Makel zu einem Geschenk werden?
- Wenn ich allein auf dem Mars leben würde, woran würde ich erkennen, ob ich schön bin?
- Wie kann ich mir heute konkret beweisen, dass ich mich selbst liebe?
- Was würde meine beste Freundin/mein bester Freund mir jetzt gerade raten?
- Bin ich eine Menschin, mit der ich gerne den Rest meines Lebens verbringen würde? (Und falls nur ein zögerliches Ja kommt...was fehlt noch?)

Jetzt bist Du dran! Welche Power Fragen fallen Dir noch ein?

Nutze in dieser Woche die Zeit an Deinem Platz um

1. die Meditation zu machen
2. mit Deiner Göttin in Kontakt zu gehen und...
3. mit ihr gemeinsam gute Fragen zu finden

Schreibe Deine Top Ten auf und wähle ab heute täglich eine, mit der Du durch den Tag gehst.

Alternativ dazu kannst Du Deine Fragen-Sammlung auch als „Erst Hilfe Set“ nutzen, indem Du immer, wenn Du Dich wieder mal in einer „Warum?-Frage“ verhakt hast, eine Power-Frage ziehst.

Eine Bastelanleitung für Deine Fragen-Zettel findest Du ganz unten.

Gib Deinem Glas oder Deiner Kiste mit Deinen Power Fragen einen Platz auf Deinem Altar.

Viel Freude mit Deinen guten Fragen wünsch ich Dir!

Deine

A handwritten signature in a cursive script, reading 'Ariane'.

Gute Fragen – Bastelset

