



Berufungs-FINDER- Challenge TAG 3



**Wie du deine Glaubenssätze so transformierst,
dass du erfolgreich im Leben deiner Berufung bist**

Glaubenssätze sind innere Überzeugungen und Einstellungen, die tief in unser Unterbewusstsein einprogrammiert sind.

Viele davon haben wir in den ersten 6 Lebensjahren übernommen. Es gibt viele Glaubenssätze, die dich immer noch beeinflussen - positiv sowie negativ.

Hier ein paar Beispiele für Programmierungen:

Hast du so etwas gehört?

„Du kannst alles erreichen und schaffen, was dir wirklich wichtig ist und zu deinem Lebensplan dazugehört.“

„Du bist größer als du denkst.“

„Du bist genial und ein so wunderbarer und wertvoller Mensch.“

„Sag immer was du wirklich fühlst und denkst.“

„Sei du selber – sei authentisch.“

„Geldverdienen ist leicht und macht Spaß.“

„Plane dein ideales Leben.“

Oder wurden dir eher Dinge gesagt wie:

„Du kannst das sowieso nicht, fang erst gar nicht an damit.“

„Wenn ich spreche hast du Pause.“

„Solange du deine Füße unter diesen Tisch stellst...“

„Jetzt sei endlich ruhig.“

„Sag bloß nicht was du wirklich denkst.“

„Frag nicht immer so viel!“

„Wenn du dich nicht sofort anständig benimmst dann...“

„Eigenlob stinkt.“

„Das Leben ist kein Ponyhof.“

„Geld verdirbt den Charakter.“

„Geld liegt nicht auf der Straße.“

„Geld wächst nicht auf Bäumen.“

„Von nichts kommt nichts.“ „Geld stinkt.“

Es ist wichtig hier grundlegend aufzuräumen!

Deswegen kommen wir nun zu deinen Aufgaben.

1.) Schreibe bitte handschriftlich deine Glaubenssätze auf, die du gespeichert hast (so viele wie möglich).

Lass alles raus! Ohne Bewertung.

Ohne dich zu genieren oder klein zu fühlen.

Es ist wichtig, dass sie hochkommen.

Nimm dir viel Zeit und gehe wirklich tief in dich.

Vielleicht fällt es dir anfangs etwas schwer, doch diese Übung ist extrem wichtig für deine Transformation und für dein Wachstum.

2.) Nun kommt ein weiterer ganz wichtiger Teil.

Gehe nun jeden einzelnen Glaubenssatz durch und ersetze ihn durch einen, der dir dienlicher und hilfreicher ist.

Beispiel aus „Ich bin nicht gut genug.“ könntest du „Ich bin immer gut genug. Und mehr als das!“ machen.

Oder aus „Ich kann das nicht“ wird „Ich kann alles schaffen und erreichen, was mir wirklich wichtig ist und zu meinem Lebensplan gehört.“

Wichtig ist es, dass du auch ins Gefühl reingehst. Hol dir eine Situation, in der du dich beispielsweise wirklich super gut gefühlt hast.

Schreibe und sprich deine neuen Affirmationen nun konsequent jeden Tag.

Sei geduldig mit dir. Bis sich neue Verknüpfungen in deinem Gehirn bilden und wirken dauert es eine gewisse Zeit, da es Glaubenssätze gibt, die tief sitzen und die du jahrzehntelang mit dir mitgetragen hast.

Wenn du das Gefühl hast hier nicht gut weiterzukommen schreib mir bitte info@marialuise.net
