



Wunschgefühle-Seelenziele

Hin- und Weg-Orientierung

Die zwei Orientierungs-Perspektiven

Denke an etwas, was du wirklich willst. Und nimm es mit in die folgenden zwei Orientierungsmöglichkeiten:

- 1 Einmal die Hin-zum-Vergnügen-Orientierung
- 2 Und die Weg-vom-Schmerz-Orientierung

1 Die Weg-vom-Schmerz-Orientierung lässt sich typischerweise durch die folgenden drei Szenarien beschreiben:

Denke an das, was du wirklich willst.
Und beantworte die folgenden Fragen:

1 Was werde andere von mir denken?
→ Typische Reaktion: Ich lass mich besser gut aussehen.

2 Was wollen andere von mir?
→ Typische Reaktion: Ich gebe ihnen lieber, was sie erwarten.

3 Was können andere mir geben?
→ Typische Reaktion: Ich bin besser nett, damit ich das bekomme, was ich will.

- + Das führt eher zu Trennung statt zu Beziehung.
- + Du bist weniger bei dir und mehr in der Außenwelt und bei den anderen.
- + Schmerzvermeidung bedeutet, dass die Energie eher eng und zusammengezogen ist.
- + Du bist dann eher verklemmt.
- + Da ist weniger Vertrauen.
- + Das Universum kann dich nicht halten.



Wunschgefühle-Seelenziele

Hin- und Weg-Orientierung

2 Die Hin-zum-Vergnügen-Orientierung ist eher kreativ und du bekommst Zugang zu deiner Seele.

Denke an das, was du wirklich willst.
Und beantworte die folgenden Fragen:

1 Bringt dich das voran?

2 Machst du Fortschritte?

3 Lässt dich das wachsen?

4 Bist du dann mehr ‚du selbst‘?

5 Bist du dann authentischer?

6 Fühlst du dich dann mehr ‚du selbst‘?

7 Macht das den Weg frei für mehr gute Sachen in deinem Leben?

8 Kreiert das mehr Möglichkeiten?

9 Kannst du dadurch Nein zu anderen Dingen sagen?

10 Entsteht mehr Freiraum?

11 Entsteht dadurch mehr Zeit, mehr Energie, mehr Verbindung, mehr Lebendigkeit?

12 Tauchen dadurch mehr gute Sachen in deinem Leben auf?

13 Wie wirst du heute Nacht schlafen?



Wunschgefühle-Seelenziele

Hin- und Weg-Orientierung

14 Lässt dich das mit mehr Frieden einschlafen?

15 Stimmt das mit deiner Integrität überein?

16 Wenn du dich im Spiegel betrachtest, hast du Respekt dir selbst gegenüber, wenn du das tust?

17 Ist dein Kind, deine Großmutter, dein bester Freund stolz auf dich?

18 Wer wäre stolz auf dich?