



Birgit Riedel
DIE BUSINESS-LÖWIN

Dein Lebensauftrag

Dein Lebensauftrag ist das, was Du **unbedingt verwirklichen** und **erreichen möchtest**. Das, woran Du auch andere profitieren lassen möchtest.

Er hilft Dir dabei, **den Sinn Deines Lebens besser zu verstehen**. Du erkennst, **warum Du die Dinge tust**, wie Du sie tust. Warum Du die Weichen Deines Lebens so gestellt hast und nicht anders.

Wenn Du Deinen Lebensauftrag kennst, findest Du **authentische Ziele einfacher** und überstehst Durststrecken besser, weil Du weißt, weshalb und wofür Du etwas tust. **Das motiviert.**

Keine Sorge, finden heißt nicht unbedingt auch ihn leben zu müssen....

„**Echte-authentische**“ Ziele zu finden, ohne der Kenntnis Deines Lebensauftrages ist schwierig! Vor allem, wenn Du zu den Zweiflern gehörst und Schwierigkeiten hast Dich zu entscheiden und Dich vielleicht auch nicht festlegen möchtest. Zweifler sind oft nach Außen orientiert, d.h die Meinung anderer ist Ihnen sehr wichtig. Sie hätten gerne eine Garantie für ihre Entscheidung, dass das eintritt, was sie sich wünschen, wenn sie sich dafür entscheiden. Ganz nach dem Motto: „Waiting for the perfect husband... – Frage: Wann weißt Du, ob es der richtige Mann für Dich ist? Antwort: Wenn wir bis ans Lebensende zusammengeblieben sind.“

Schwierig wird es auch, wenn Du zu den Aktionisten gehörst, Du etwas zu sehr möchtest, verkampfst, blinder Eifer und so Deine Energie falsch einsetzt, für Dinge die für Dich nicht zielführend oder authentisch sind.



Wie findest Du Deine Ziele nicht....

- wenn Du immer nach außen orientiert bist und nach Maßstäben anderer richtest
- Dich von Ängsten und Sorgen leiten lässt
- Dich von Deinen Antreibern pushen lässt

**Deine Wahrheit
liegt immer im Innen!**

Was unterscheidet falsche Ziele von echten Zielen?

- Sie fühlen sich nicht 100% gut an
- Du denkst, Du solltest sie wollen
- Du willst immer mehr davon
- Du hast sie von anderen, Deinen Eltern übernommen
- Sie machen Dich nicht glücklich

Echte Ziele beflügeln und fühlen sich richtig an!!



Übung – Fragen, die Dir dabei helfen, Deine echten Ziele zu finden.

Von weg- Motivation

Anstelle Dich zu fragen, was willst Du? Was gefällt Dir oder was sollst Du wollen?
Frage Dich:

Was möchtest Du für Dich und andere unbedingt verhindern bzw. sicherstellen?

Wohin führen Dich diese Fragen?

Was hat Dich in Deiner Kindheit am stärksten gekränkt? **Zu Deiner Kernkränkung!!**
Vielleicht hast Du jetzt schon eine Idee, was das war?! Wenn nicht lies einfach weiter.

Warum führt Dich diese Frage zu Deinem Lebensauftrag?

Weil Du als Kind Deine tiefsten Glaubenssätze entwickelt hast und Deine Programmierung gestartet hast.

Der Lebensauftrag ist nichts Äußerliches, er ist intrinsisch (von innen heraus motiviert). Wir lernen gx stärker aus Negativen als aus Positiven (Evolution). So dass es "normal" ist, dass wir uns als Kinder Vermeidungsstrategien zu eigen machen.

Der Lebensauftrag, ist das Streben nach der Kränkungsvermeidung

Dein wichtigstes Ziel im Leben ist, die Kernkränkung zu überwinden, immer wieder und wieder...!

Dich und vor allem auch andere davor zu bewahren, sie wieder zu erleiden.

So wird daraus Dein Lebensauftrag!

Das KML-Modell von Jenison Thomkins

Kernkränkung – Mangelloch - Lebensauftrag

Kernkränkung das ist das Trauma, was Du in der Kindheit erfahren hast.

Mangelloch ist das, was du aufgrund Deiner Kernkränkung am meisten vermisst hast und worauf Du einen unstillbaren Hunger hast. *Mangel an Sicherheit, Geld, Liebe, Geborgenheit, Vertrauen, Nahrung, Aufmerksamkeit.....*

Das Mangelloch ist ein Fass ohne Boden, egal, was Du erreicht hast oder was Dir andere gegeben haben, Du willst immer mehr davon, es wird nie reichen. Der tiefste Glaubenssatz ist, dass Du hier einen Mangel hast.

Dein Mangelloch ist Dein Lebensauftrags-Motor!

Das ist die Möhre, der Du nachläufst! Es vergiftet Dir Erfolg und Zufriedenheit!!

Dein Lebensauftrag, ist das, was Du unbedingt erreichen und verwirklichen möchtest – Für Dich und für andere. Andere Menschen sollen auch davon profitieren! Du möchtest, dass sie nicht dasselbe erleben wie Du!

Übung: Finde Deinen Lebensauftrag mit der KML Methode

1. Suche nach Deiner Kernkränkung – Irgendetwas ist immer!!

Kernkränkung das ist das Trauma, was du in der Kindheit erfahren hast.

- Geschwisterreihenfolge -Verantwortung, nicht gesehen, nicht ernst genommen
- Ähnlichkeiten mit Verwandten
- Ort wo Du aufgewachsen bist
- Arm/Reich Vergleich
- Schule, Verhalten Lehrer oder Mitschüler – Gewalterlebnisse
- Und vieles mehr...

Kernkränkungen bestimmen unser Handeln und damit unser Leben, da wir sie unbedingt vermeiden wollen!!

Was ist Deine Kernkränkung?

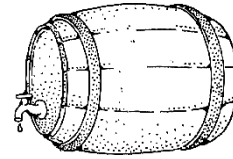
Wie hast Du Dich in Deiner Kindheit/ Jugend gefühlt? Erinnerst Du Dich an bestimmte Erlebnisse, die für Dich bedeutend waren und im Gedächtnis geblieben sind?

2. Gehe auf die Suche nach Deinem Mangelloch?

Mangelloch ist das, was Du auf Grund Deiner Kernkränkung am meisten vermisst hast.

- Sicherheit, Selbst (Vertrauen)
- Geborgenheit , Zugehörigkeit
- Gesehen werden, Aufmerksamkeit
- Vertrauen, Wertschätzung
- Liebe, Lebendigkeit, Freude
- Berührung, Nahrung und vieles mehr...

Mangellöcher sind Fässer ohne Boden!! Es wird nie genug sein – außer Du wirst Dir ihrer bewusst.



Was ist Dein Mangelloch?

Was vermisst Du? Reflektiere als Unterstützung auch gerne Deine Glaubenssätze. Unsere Hauptglaubenssätze haben meist mit unseren Mangelöchern zu tun.

3. Werde Dir über Deinen Lebensauftrag bewusst!



Dein Lebensauftrag!

Was möchtest Du unbedingt erreichen? Was drückt Deine Knöpfe? Wofür setzt Du Dich ein? Was möchtest Du, dass es anderen nicht widerfährt? Was sollen andere nicht auch erleben müssen? Was wünschst Du Dir für Dich und für andere?

Wenn Du Deinen Lebensauftrag kennst, kannst Du viel bewusster agieren. Du kennst Deinen Motor, der Dich antreibt gewisse Dinge zu tun und warum es Dir wichtig ist, bestimmte Ziele zu erreichen. Du kannst frei entscheiden, ob Du ihn leben möchtest oder nicht.

Das Bewusst-sein hierüber gibt Dir die Macht, nicht alleine aus einem Mangel zu agieren, sondern Dich bewusst für oder gegen etwas zu entscheiden, oder vielleicht auch eine ganz neue Perspektive für Situationen, Verhalten, Entscheidungen sowie Zielen, einzunehmen.



Du verstehst Dich und andere viel besser.

Nur wenige Menschen kennen ihren Lebensauftrag, ihren wahren Grund für ihr Handeln.

Alle Menschen handeln aus einer guten Absicht heraus, wenn wir dies einmal verstanden haben, wird ein "verstehendes" Miteinander einfacher.