

OnlineDurchbruch 2

Kongress



Notizen und
Aufgaben zum
Kongress-
Interview

Petra Herz



WIE BRINGEN WIR UNSER HERZ IM BUSINESS EIN?

Es ist schon erstaunlich: als Baby ist unser Herz offen und wir „Sprechen die Sprache unserer Seele“. Doch dann passiert etwas, was wir „Erziehung“ nennen. Unsere Eltern und nahen Bezugspersonen erzählen uns, was angeblich alles geht und was nicht, was sich gehört und was nicht, was von uns erwartet wird. Spätestens mit der Schule werden wir dann schlussendlich vom Herzen raus und in den Verstand gebracht. Im schlimmsten Fall verlernen wir, auf unser Herz zu hören.

Die gute Botschaft ist aber, dass dieser Ruf unseres Herzens nach wie vor da ist und wahrgenommen werden will. Und das kann wirklich jede(r) lernen.

Um unser Herz besser wahrnehmen zu können ist es erst einmal wichtig, sich von den Altlasten frei zu machen, die alles andere überlagern. Dazu empfiehlt Petra, sich wie ein Krieger mit der flachen Hand auf die Brust zu schlagen und einen Kampfschrei loszulassen.

Des weiteren empfiehlt Petra das Schreiben. Du solltest aufschreiben wofür Du Dankbar bist, was Du Dir wünschst, welchen Wert Du hast und worauf Du Deinen Blick richten möchtest.

Als Feng-Shui-Meisterin weist Petra darauf hin, dass sich unser Inneres oft im Äußeren spiegelt und umgekehrt. Deshalb kann es eine gute Maßnahme sein, im Außen Ordnung zu schaffen um auch im Inneren zu mehr Ordnung zu gelangen. Wenn wir auf der Suche nach der Botschaft unseres Herzens sind und dabei so viel Chaos und Ballast finden, dann ist dies der richtige Zeitpunkt, erst einmal im Außen aufzuräumen, auszumisten und sich von alten Dingen zu trennen.

Wenn Du Dir ein neues Auto wünschst, dann kannst Du noch so gut visualisieren, meditieren und was es da nicht alles gibt. In eine volle Garage passt selbst der schönste Ferrari nicht rein!



WIE BRINGEN WIR UNSER HERZ IM BUSINESS EIN?

Wir sollten beim inneren Entrümpeln lernen, uns selbst zu vergeben. Die Vergangenheit ist abgehakt und es nutzt zu nichts, wenn wir weiter mit uns selbst hart ins Gericht gehen. Lass das Alte los und vergebe nicht nur anderen, sondern auch Dir!

Häufig hält uns die Angst vor Ablehnung davon ab ein erfüllendes, erfolgreiches Leben zu führen. Wenn wir uns sichtbar machen und unser Angebot offensiv präsentieren, könnte es passieren, dass uns andere Menschen dafür ablehnen und wir „aus dem Rudel ausgeschlossen“ werden. Diese Angst müssen wir bearbeiten, bevor wir wirklich durchstarten können.

ACTION STEPS FÜR DURCHSTARTER:

- Frage Dich, was Du machen kannst und was Du machen willst, wenn Du einen Tag lang König*in wärst! Was ist die Schnittmenge aus dem, was Du kannst, was Du willst und was andere brauchen?
- Schau Dir an, was die Mitbewerber machen! Nicht um zu kopieren, sondern um Dich inspirieren zu lassen. Schau, was mit Dir in Resonanz geht und was bei Dir direkt auf Ablehnung stößt!
- Erst wenn Du die beiden vorherigen Action-Steps durchlaufen hast, ist es an der Zeit, das eigene Angebot auszuarbeiten. Dabei kann ein(e) Coach sehr nützlich sein.



PRAXIS AUFGABEN

*Wie bringen wir
unser Herz im
Business ein?*



PRAXIS-AUFGABEN

WIE BRINGEN WIR UNSER HERZ IM BUSINESS EIN?

1.) Schreibe mal Deinen optimalen Tag auf! Was wünschst Du Dir? Was willst Du mit wem machen? Welche Werte kannst Du aus diesem idealen Tag ableiten?

2.) Schreibe Deine eigene Grabrede! Was soll auf Deiner Beerdigung über Dich gesagt werden und was soll auf Deinem Grabstein stehen? Versuche davon wieder Deine Werte abzuleiten und arbeite heraus, was Dir wirklich wichtig ist!

DEINE NOTIZEN

WIE BRINGEN WIR UNSER HERZ IM BUSINESS EIN?
