

50 ερωτήσεις για να βρεις το πάθος σου



50 ερωτήσεις για να βρεις το πάθος σου

Miliatsis Yiannis

Ένας πολύ αποτελεσματικός τρόπος για να βρεις το πάθος σου για αυτό που θέλεις στην ζωή σου (αλλά και τι είναι αυτό που σε σταματάει για να το αποκτήσεις) είναι μέσα από δυνατές ερωτήσεις.

Για να βρεις το πάθος σου πρέπει να είσαι διατεθειμένος να γνωρίσεις καλύτερα τον εαυτό σου. Πρέπει να ξέρεις τι είναι αυτό που σε οδηγεί, αυτό που σε εμπνέει, αυτό που σε ενθουσιάζει, αυτό που σε τρομάζει, αυτό που κάνεις πολύ καλά, αυτό που λες ότι σου αρέσει αλλά στην πραγματικότητα απεχθάνεσαι, και αυτά που λες στον εαυτό σου αλλά δεν είναι αλήθεια!

Καθώς γνωρίζεις καλύτερα τον εαυτό σου θα είσαι πολύ καλύτερα εξοπλισμένος να καταλάβεις τι είναι το πιο σημαντικό πράγμα στην ζωή σου στον περιορισμένο χρόνο που έχεις κάθε μέρα, κάθε χρόνο, σε όλη την ζωή σου. Έτσι θα μπορείς να μεγιστοποιήσεις τον χρόνο που κάνεις αυτό που αγαπάς και να μειώσεις τον χρόνο που κάνεις πράγματα που δεν αγαπάς.

Οι περισσότεροι είμαστε τόσο απασχολημένοι στην καθημερινότητα μας αντιδρώντας σε αυτά που μας συμβαίνουν που δεν δίνουμε τον χρόνο στον εαυτό μας να δει τι είναι αυτό που δουλεύει και γιατί. Και βέβαια δεν αφιερώνουμε χρόνο να κάνουμε στον εαυτό μας εκείνες τις ερωτήσεις που θα μας βοηθήσουν να ανακαλύψουμε την αυθεντικότητά μας και τις θαμένες μας επιθυμίες.

Εάν θέλεις πραγματικά να ανακαλύψεις πιο είναι το πάθος σου στην ζωή θα πρέπει να αφιερώσεις τον χρόνο και τον χώρο για να κάνεις στον εαυτό σου αυτές τις δύσκολες και άβολες ερωτήσεις.

Απάντησε λοιπόν τις παρακάτω ερωτήσεις για να κερδίσεις καθαρότητα σκέψης και να δεις ποια είναι τα βήματα που μπορείς να κάνεις σήμερα για να ζήσεις μια ζωή με το πάθος που της αξίζει.

50 ερωτήσεις για να βρεις το πάθος σου

1. Ποιες πτυχές της ζωής σου δουλεύουν σωστά αυτήν την στιγμή - τι σε γεμίζει, τι νιώθεις ότι έχει νόημα, τι απολαμβάνεις και τι είναι σημαντικό;
2. Ποιες πτυχές της ζωής σου δεν δουλεύουν σωστά αυτήν την στιγμή - τι σε αγχώνει και σε στρεσάρει, τι σε κάνει να νιώθεις ότι χάνεις τον χρόνο σου και σου ρουφάει την ενέργεια;
3. Εάν ήσουν οικονομικά ανεξάρτητος και δεν χρειαζόταν να παίρνεις κάποιον μισθό, πως θα περνούσες τον χρόνο σου;
4. Ποια είναι κάποια παιδικά σου όνειρα ή ενδιαφέροντα που ποτέ δεν μπόρεσες να πραγματοποιήσεις ή να εξερευνήσεις αλλά ακόμα φαίνονται ενδιαφέροντα;
5. Εάν μπορούσες να διαλέξεις τρία πράγματα για τα οποία θα σε θυμούνται οι άλλοι όταν πεθάνεις, ποια θα είναι αυτά;
6. Υπάρχει κάποιος στην ζωή σου ή στο παρελθόν σου που η ζωή του να σε εμπνέει και να σε ενθουσιάζει; Γιατί;
7. Ποια είναι τα ταλέντα και οι δεξιότητες που έχεις και είσαι ενθουσιασμένος για να τα χρησιμοποιήσεις;
8. Ποια είναι τα ταλέντα και οι δεξιότητες που έχει που δεν είσαι ενθουσιασμένος να χρησιμοποιήσεις;

50 ερωτήσεις για να βρεις το πάθος σου

9. Σκέψου την δουλειά που έχεις τώρα ή κάποια παλαιότερη εργασία σου - ποιες δραστηριότητες έκανες που σου φαίνονται ενδιαφέρουσες;
10. Σκέψου την δουλειά που έχεις τώρα ή κάποια παλαιότερη εργασία σου - ποιες δραστηριότητες έκανες που δεν σου άρεσαν καθόλου και δεν θέλεις να ξανακάνεις;
11. Κάθε εβδομάδα, πόσος είναι ο μέσος χρόνος που χάνεις κάνοντας πράγματα που νιώθεις ότι είναι χάσιμο χρόνου;
12. Ποιες είναι οι 5 σημαντικότερες αξίες σου; Εάν δεν είσαι σίγουρος πρέπει να κάνεις ξεκαθάρισμα αξιών.
13. Πως αντικατοπτρίζουν αυτές τις αξίες σου η δουλειά που κάνεις αυτή την στιγμή;
14. Ποιες από τις σημαντικότερες αξίες σου αγνοείς στην ζωή σου αυτήν την στιγμή;
15. Με ποιον τρόπο αυτήν την στιγμή ζεις έξω από την εσωτερική σου ακεραιότητα;
16. Ποια είναι τα ψέματα που λες στον εαυτό σου και στους άλλους για το ποιος πραγματικά είσαι, τι είναι σημαντικό για σένα και για τι είσαι παθιασμένος;
17. Τι είναι αυτό που σε εμποδίζει από το να ακολουθήσεις το πραγματικό σου πάθος στην ζωή;

50 ερωτήσεις για να βρεις το πάθος σου

18. Ποιες είναι οι πεπαιθήσεις που έχεις για τον εαυτό σου και την ικανότητά σου να πετύχεις στην ζωή ακολουθώντας το πάθος σου;
19. Πως οι φόβοι σου και οι περιοριστικές σου πεπαιθήσεις σε έχουν κρατήσει από το να βρεις και να κυνηγήσεις το πάθος σου στην ζωή;
20. Ποια είναι τα πραγματικά στοιχεία που έχεις ότι οι φόβοι σου και οι περιοριστικές σου πεπαιθήσεις σε κρατάνε πραγματικά πίσω στην ζωή σου;
21. Εάν πραγματικά υπάρχουν στοιχεία ότι οι φόβοι σου και οι περιοριστικές σου πεπαιθήσεις είναι αληθινές, είναι το ρίσκο αρκετά μεγάλο για να σε σταματήσει από το να ακολουθήσεις το πάθος σου;
22. Μπορείς να αντέξεις λίγο ρίσκο και λίγο αβεβαιότητα με σκοπό να βρεις το πάθος σου; Αν ναι πόσο πολύ;
23. Τι είναι αυτό που έχει μεγαλύτερη προτεραιότητα για σένα από το να κυνηγήσεις το πάθος σου αυτήν την στιγμή; Η δουλειά σου; Ο τρόπος που ζεις; Το σπίτι σου; Το τι θα πουν οι άλλοι;
24. Ποιο είναι το κύριο πρόβλημα που σε κρατάει από το να δεσμευτείς να κυνηγήσεις το κυρίως πάθος σου στην ζωή;
25. Ποια είναι τα συγκεκριμένα βήματα που μπορείς να κάνεις για να μειώσεις και να ελέγξεις αυτόν τον φόβο;
26. Υπάρχει κάποιος στην ζωή σου που να σε αποτρέπει από το να κυνηγήσεις το όνειρό σου; Ποιος είναι και με ποιο τρόπο το κάνει αυτό;

50 ερωτήσεις για να βρεις το πάθος σου

27. Πως μπορείς να επικοινωνήσεις με αυτόν τον άνθρωπο (ή αυτούς τους ανθρώπους) είτε για να κερδίσεις την υποστήριξή του είτε για να τους κάνεις να φύγουν από την μέση;
28. Είσαι διατεθειμένος να αφήσεις πίσω σου ανθρώπους που σε σαμποτάρουν στον δρόμο για το όνειρό σου; Αν όχι, γιατί όχι;
29. Υπάρχουν άνθρωποι κοντά σου έχουν πραγματικούς προβληματισμούς για το όνειρό σου και το πάθος σου; Πως μπορείς να αντιμετωπίσεις και να ξεπεράσεις αυτούς τους προβληματισμούς;
30. Ποια είναι τα χόμπι ή οι δραστηριότητες που έχεις κάνει τον τελευταίο καιρό που σε κάνουν να αισθάνεσαι πολύ μεγάλο ενδιαφέρον για αυτά και ίσως θα μπορούσαν να είναι το πάθος σου στην ζωή;
31. Είσαι διατεθειμένος να επενδύσεις περισσότερο χρόνο σε αυτές τις δραστηριότητες για να μάθεις περισσότερα - με εθελοντισμό, με παράλληλη εργασία σε αυτές, με αναζήτηση στο ίντερνετ, βρίσκοντας έναν μέντορα;
32. Εάν νομίζεις ότι ξέρεις πιο είναι το πάθος σου, ποια είναι η πραγματική δουλειά που έχεις κάνει για να μάθεις περισσότερα για αυτό και να το ζήσεις πραγματικά; Τι είσαι διατεθειμένος να κάνεις για να βελτιώσεις τον εαυτό σου σε αυτόν τον τομέα;
33. Έχεις αρκετά χρήματα για να ζήσεις 6 μήνες ψάχνοντας δουλειά που να είναι πάνω σε αυτό που είναι το πάθος σου ή κάνοντας το πάθος σου την δουλειά σου;

50 ερωτήσεις για να βρεις το πάθος σου

34. Εάν δεν έχεις τις οικονομίες αυτές, τι μπορείς να κάνεις για να τις δημιουργήσεις;
35. Ποια είναι τα λιγότερα χρήματα με τα οποία μπορείς να ζήσεις ανά μήνα;
36. Τι θα ήσουν διατεθειμένος να κόψεις από τα έξοδά σου με σκοπό να ακολουθήσεις το πάθος σου;
37. Ποιο είναι το χειρότερο που μπορεί να συμβεί εάν αποφασίσεις να ακολουθήσεις το πάθος σου; Μπορείς να ζήσεις με αυτό;
38. Ποια είναι η πιθανότητα να συμβεί πράγματι το χειρότερο εάν ακολουθήσεις το όνειρό σου δίνοντας το 100% των προσπαθειών σου;
39. Πως θα ήταν η ιδανική σου μέρα κάνοντας αυτό που πραγματικά αγαπάς και είναι το πάθος σου;
40. Ποια είναι τα πράγματα που θα ήθελες να πετύχεις στην ζωή σου πριν πεθάνεις;
41. Μέχρι σήμερα, ποια βήματα έχεις κάνει για να γίνουν τα παραπάνω πράγματα πραγματικότητα;
42. Θα ήσουν διατεθειμένος να δουλέψεις σε μια δουλειά την οποία δεν αγαπάς τόσο πολύ για να κυνηγήσεις το όνειρό σου και το πάθος σου τις ελεύθερες ώρες σου;
43. Φαντάσου να ξυπνάς κάθε μέρα και να νιώθεις χαρούμενος, γεμάτος και επιτυχημένος για την ζωή σου και την δουλειά σου. Πως θα σε επηρεάζει αυτό σωματικά, πνευματικά, συναισθηματικά στις σχέσεις σου και επίσης στην αυτοπεποίθησή σου;

50 ερωτήσεις για να βρεις το πάθος σου

44. Πως το να ζεις μια ζωή χωρίς το πάθος για αυτήν σε έχει επηρεάσει; Δώστε συγκεκριμένα παραδείγματα.
45. Ποιο επίτευγμα στην ζωή σου θα σε έκανε να νιώσεις περήφανος για τον εαυτό σου;
46. Με ποιον τρόπο ζεις, συμπεριφέρεσαι με έναν τρόπο που δεν είσαι πραγματικά εσύ σήμερα;
47. Εάν είχες την ευκαιρία για να ξεκινήσεις ξανά στην ζωή σου, στις σχέσεις σου, στην καριέρα σου, τι θα έκανες διαφορετικά;
48. Μπορείς να γυρίσεις πίσω και να ξανακάνεις τα πάντα από την αρχή; Εάν απάντησες “Όχι” είσαι 100% σίγουρος;
49. Εάν ζήσεις έως τα 80, πόσες ημέρες σου απομένουν να ζήσεις; (80 μείον την ηλικία σου και μετά πολλαπλασιάζεις επί 365)
50. Πόσες από αυτές τις ημέρες είσαι διατεθειμένος να ζήσεις χωρίς να σου αρέσει οποιοσδήποτε τομέας της ζωής σου; Για παράδειγμα η δουλειά σου, οι σχέσεις σου ή και ο ίδιος σου ο εαυτός;

ΕΠΟΜΕΝΑ ΒΗΜΑΤΑ

Ποια είναι τα πρώτα βήματα που μπορείς να κάνεις σήμερα για να ακολουθήσεις το όνειρό σου και να ζήσεις μια ζωή με νόημα, με σκοπό, που να σε γεμίζει πραγματικά;