

# DIE 7 FRAGEN FÜR DEINE TRANSFORMATION

*Eine Reise zu mehr Klarheit, Freiheit und Wohlbefinden*



Let it Bibi

happy healthy



**Die Soul Safari ist kein klassischer Urlaub. Sie ist ein Geschenk an dich selbst. Diese Fragen helfen dir, herauszufinden, ob jetzt der richtige Moment dafür ist.**



## **Meine Reise. Meine Geschichte. Mein Weg.**

*Ich habe lange nach meinem eigenen Weg gesucht, ohne wirklich zu wissen, was ich brauchte. Ich erinnere mich noch gut an die Momente, in denen ich mich verloren und überfordert fühlte - in meinem Job, in meinen Beziehungen, und noch mehr in mir selbst.*

*Yoga hat mir geholfen, wieder zu mir zu finden. Es war nicht der easy cheesy Weg, und ein verdammt langer Prozess. Ich durfte lernen, Menschen und Dinge loszulassen, und finally meine eigenen Wahrheit zu entdecken und auch zu leben. Und das erfordert Mut.*

*Ich weiß, wie sich Unsicherheit und das Gefühl von 'Nicht-genug' anfühlen, aber ich glaube fest daran, dass wir durch ehrliche Auseinandersetzung mit uns selbst die Veränderung finden können, die wir uns wünschen. Heute weiß ich, dass Veränderung möglich ist, wenn wir uns die richtigen Fragen stellen und den Mut haben, uns zu verändern - für mehr Klarheit und Wohlbefinden.*

*Diese 7 Fragen laden dich ein, nach innen zu hören – ganz ehrlich, ohne Druck, ohne Erwartungen.*

*Vielleicht wirst du keine sofortige Antwort finden. Vielleicht fühlst du aber beim Lesen schon ein leises inneres „Ja“.*

Frage 1: Wonach sehnt sich mein Innerstes gerade – körperlich, emotional oder seelisch? 

*Diese Frage hilft dir, in dich hinein zu hören und herauszufinden, was dir wirklich fehlt oder was dich innerlich antreibt. Oft wissen wir nicht, was wir brauchen, weil wir uns von äußeren Erwartungen oder der Hektik des Alltags ablenken lassen. Es geht darum, deine Bedürfnisse klar zu spüren und anzuerkennen.*

**Hier ist Platz für deine Gedanken:**

## Frage 2: Was hält mich aktuell davon ab, wirklich bei mir selbst anzukommen? 💜

*Manchmal sind es Ängste, Glaubenssätze oder Verpflichtungen, die uns davon abhalten, uns selbst zu finden. Diese Frage lädt dich ein, zu erkennen, was dir im Weg steht, und welche Barrieren du möglicherweise selbst erschaffst – um dann zu entscheiden, wie du diese überwinden kannst.*

**Hier ist Platz für deine Gedanken:**

## Frage 3: Welche Aspekte meines Alltags fühlen sich eng, fremd oder schwer an? 🧡

*Wir sind oft in Routinen gefangen, die uns nicht wirklich erfüllen. Diese Frage regt dich dazu an, genauer hinzusehen, welche Bereiche deines Lebens dir das Gefühl geben, eingeengt oder fremd zu sein. Es ist der erste Schritt, Veränderungen zu erkennen und zuzulassen.*

**Hier ist Platz für deine Gedanken:**

Frage 4: Wann habe ich das letzte Mal bewusst gespürt,  
wie sich ‚frei sein‘ anfühlt? 

*Freiheit kann viele Formen annehmen – sei es körperliche Leichtigkeit, emotionale Freiheit oder einfach ein Moment des Loslassens. Diese Frage hilft dir, dich daran zu erinnern, wann du das letzte Mal das Gefühl von echter Freiheit erlebt hast, und wie du es wieder in dein Leben holen kannst.*

**Hier ist Platz für deine Gedanken:**

Frage 5: Was würde sich in mir verändern, wenn ich mir 8  
Tage echten Raum für mich schenke? 

*Im Alltag verlieren wir oft das Gefühl für uns selbst. Diese Frage lädt dich ein, darüber nachzudenken, wie sich deine innere Welt verändern würde, wenn du dir Zeit nimmst, nur für dich zu sein – ohne Ablenkungen oder Verpflichtungen. Was könnte in dir heilen oder neu entdeckt werden?*

**Hier ist Platz für deine Gedanken:**

## Frage 6: Habe ich das Gefühl, dass ich mich selbst manchmal verliere – und wonach suche ich in der Tiefe? 🧡

*Wir alle haben Momente, in denen wir uns selbst aus den Augen verlieren, sei es durch äußeren Druck oder innere Unsicherheiten. Diese Frage hilft dir, tiefer zu schauen und zu verstehen, was du wirklich suchst – ob es um Bestätigung, Ruhe oder etwas anderes geht.*

**Hier ist Platz für deine Gedanken:**

## Frage 7: Bin ich bereit, meiner inneren Stimme zu vertrauen – auch wenn sie nicht laut, aber ehrlich ist? 💜

*Unsere innere Stimme ist oft leise, aber sie ist ein wertvoller Kompass. Diese Frage fordert dich heraus, ihr zu vertrauen, auch wenn sie nicht immer klar oder laut zu hören ist. Sie möchte dich zu deinem authentischen Weg führen – wenn du bereit bist, zuzuhören.*

**Hier ist Platz für deine Gedanken:**

Wenn du spürst, dass da etwas in dir in Resonanz geht und du bei einer oder mehrerer Fragen ein leises inneres „**Ja**“ wahrgenommen hast – dann nimm es ernst.

Vertrauen entsteht oft nicht durch logische Argumente, sondern durch dieses leise, ehrliche Gefühl:

***„Ich glaube, das ist mein Weg.“***

Und wenn du dich noch nicht ganz traust – schreib mir. Ich bin für dich da.

*Alles Liebe - deine Bibi* ♥



Let it Bibi

happy healthy



[info@letitbibi.at](mailto:info@letitbibi.at)



+43 664 3789682

