

PROFILER'S ACADEMY
BY PROFILER SUZANNE



**DER PHÖNIX DER
PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG**
007 SOUVERÄNE SCHRITTE, UM SICH
AUS HARTEN ZEITEN ZU ERHEBEN.

PROFILER
Suzanne



**HALLO, ICH BIN PROFILER SUZANNE,
ERMITTLERIN IN SACHEN MANIPULATION.
MEIN JOB IST ES, DIE GUTEN VOR DEN BÖSEN
ZU BEWAHREN UND DARUM HABE ICH HIER
FÜR DICH MEINEN PHÖNIX DER
PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG.**

Jeder von uns gerät mal in harte Zeiten. Und – ob selbstverschuldet oder gänzlich unfreiwillig – man will einfach nur, dass es vorbeigeht. Und dabei machen die meisten einen entscheidenden Fehler. Das Problem mag zwar von allein gekommen sein, doch es wird nicht von allein gehen. Der einzige Weg hinaus ist hindurch. Und das wird schmerzhaft. Doch eine solche unangenehme Situation birgt auch eine Chance. Die Chance, dass Du größer, stärker und unangreifbarer aus dieser Lebensprüfung hervorgehst. ¶ Wenn Du magst, dann gehen wir diesen Weg gemeinsam und ich navigiere Dich sicher durch Deine persönliche Feuertaufe. 007 Schritte sind es, die Dich voranbringen. 007 Schritte, die Dich in eine Position bringen, aus der Du erstartet aus jedem Schmerz hervorgehen wirst. Du wirst die Situation also nicht einfach nur überwinden, sondern Dich stärker, sicherer und souveräner aus der Schlamm Schlacht erheben. Mit diesen 007 Schritten wirst Du diese Sache – so schlimm sie auch sein mag – konsequent dazu nutzen, Dich selbst weiterzubringen und Dein System von Ballast zu befreien, auf dass jeder weitere Angriff weniger Chance hat, Dich zu treffen. ¶ Willkommen zu den 007 Schritten, mit denen Du Dich souverän aus harten Zeiten erhebst – auf dass Du zukünftig über solchen Dingen stehst.

INHALT

- 001 – AUGEN AUF UND DURCH SEITE 4**
- 002 – DIE PERSPEKTIVE ZURECHTRÜCKEN SEITE 5**
- 003 – HEBEL ANSETZEN SEITE 6**
- 004 – DURCH DEN SCHMERZ ATMEN SEITE 7**
- 005 – DIE CHANCE AM SCHOPF PACKEN SEITE 7**
- 006 – DAS LUFTHOLEN VOR DEM GROSSEN SPRUNG SEITE 8**
- 007 – SICH DURCH DAS FEUER REINIGEN LASSEN SEITE 8**

001 – AUGEN AUF UND DURCH

Typischerweise weichen wir vor Schmerz zurück. Das ist eine natürliche Reaktion, denn Schmerz ist immer auch eine Warnung. Doch in Deinem Fall geht es nicht um eine heiße Herdplatte, oder? ☞ Wann immer Dein Schmerz nicht körperlicher, sondern seelischer Natur ist, gilt ein anderes Naturgesetz: Wenn Du Dich Deinem Schmerz nicht stellst, stellt er Dich! ☞ Der Schmerz, vor dem Du die größte Angst hast, ist die geheime Tür zu Deinem vollen Potenzial. Diese eine beängstigende Sache ist die für Dich wichtigste Sache! Persönliche Ängste sind nichts anderes als Persönlichkeitswachstum im Wolfspelz. Es ist wichtig, das zu begreifen: Dein Fortschritt ist dort, wo Deine größten Ängste lauern. ☞ Gehe auf das zu, was Dir Angst macht, entdecke, dass Dein Fegefeuer nichts weiter ist als eine Prüfung, die Du bewältigen kannst. Überwinde Deine Angst, überwinde Deine Scham, überwinde Deine Ohnmacht. Und Du überwindest sie, indem Du Dich hinstellst, Deiner Angst direkt in den Weg stellst und Deine Augen weit aufmachst, so dass Du genau erkennen kannst, was da passiert. Wenn Du das schaffst – dann bist Du ein Game-Changer. Du veränderst das Spiel – vor allem Spiel, das Manipulateure Dir aufgezwungen haben. Verändere es, verändere es zu Deinen

Gunsten, indem Du Deine Ängste in den Griff bekommst. Lauf nicht weg, sondern laufe direkt drauf zu. Weg vom Ausweichen, hin zur Attacke! ☞ Und hier kommt der Tapferkeits-Trick der Elite-Einheiten: Wenn Du Dir Deine Situation so anschaust, dann kann es gut sein, dass es Dich reißt – mit Macht ins emotionale Tal. Total normal! Schnell wieder da rauszukommen, das ist der Trick!!! ☞ Wie erreichst Du diese Wendung? Und das meine ich vor allem im Hirn? Wie machst Du aus einer ohnmächtigen Situation eine machbare Situation? ☞ Theoretisch einfach – praktisch tückisch. Du brauchst keine Raketentechnik, sondern Courage. Wann immer Du Dich in einer schwierigen Situation wiederfindest, fragst Du Dich: **Was ist die Chance hier?** ☞ Deine Emotion folgt dabei Deiner Kognition, Dein Hirn lenkt Dein Herz – dorthin, wo Dein Fokus liegt: **Was ist die Chance hier?** ☞ Der Trick besteht darin, die richtige Frage zu stellen, um Dich in Deinen Fähigkeiten zu halten und Deine Kräfte zu fokussieren. Die Chance-Frage ist die klassische Wendungs-Frage, wann immer Du einen schlechten Tag hast, erschöpft vor einer Mammutaufgabe stehst, Streit mit Deinem Partner hast, was auch immer. **Was ist die Chance hier?**

Was ist die Chance hier?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**AUF ALSO ZU DIESER TAPFERKEITSAKTION.
STELLE DICH DEINEN PROBLEMEN, SONST STELLEN SIE DICH!**

002 – DIE PERSPEKTIVE ZURECHTRÜCKEN

Damit Du dauerhaft zu Deinem Mut zurückfindest, rücken wir die Perspektive auf Deine Situation wieder zurecht. Denn typischerweise gerät man als Angegriffener in die Filterblase des Täters. Nichts und niemanden mehr kann man erkennen als sein eigenes Unglück. Diese Verzerrung der Perspektive soll Dich schwächen, denn wenn Du kaum noch was sehen kannst bist Du auf die Informationen angewiesen, die man Dir gibt. Und wenn die Falschen Dich mit Informationen versorgen oder die Unfähigen, dann wird Dich das restlos entmachen. Du gerätst dann in eine Ohnmachtsspirale, der Du nur mit Mühe wieder entkommst. ☞ Deine Perspektive wieder richtig zu rücken, in die Realität zurückzurücken, ist der erste wichtige Schritt, sich den Ver-Rückt-Heiten der Aggressoren zu widersetzen. ☞ Die richtige Perspektive auf Deine Situation zu bekommen gelingt Dir, in dem Du Dir die folgenden Fragen ehrlich beantwortest – ehrlich, nicht hysterisch. Du musst die Nerven behalten, bei allem, was Du tust. Und hier ist die Frage, die Perspektivenfrage: **„Wie könnte es eigentlich weit schlimmer sein?“** Ja, genau, ich frage Dich nicht nach dem Worst Case, ich frage Dich nach einer Steigerung Deiner Katastrophensituation. Das hilft Dir, Deine vorhandenen Möglichkeiten zu erkennen. ☞ Es ist niemand gestorben? Das ist gut. Es ist niemand obdachlos geworden? Das ist gut. Und das bedeutet, dass Du Dich noch immer auf der positiven Seite des Lebens befindest, auch wenn es sich im Moment ganz anders anfühlt, ... Und das, genau das ist das eigentliche Problem: Unsere Fantasie spielt uns so manchen Streich und hat selten etwas mit den reinen Fakten zu tun. ☞ Die richtige Perspektive erhältst Du, indem Du Bilanz ziehst:

3. Was sind Deine Vorteile in diesem Spiel? Was läuft dennoch gut? Und wofür darfst Du dankbar sein?

.....

.....

.....

.....

.....

Die richtige Perspektive entscheidet darüber, ob Du als Kapitän Deines Lebensschiffes an der Küste zerschellst, bloß dem Hafen hörbar einrastest oder sogar so elegant scheiterst, dass die Leute sagen: „Mensch, Du hast Format!“ ☞ Ist Dir schon mal aufgefallen, dass die Menschen, die am wenigsten haben, sich am meisten über das freuen, was sie geschenkt bekommen? Und sei es nur ein Stück Brot. Ich will damit nicht esoterisch arrogant klingen. Ich will Dich darauf hinweisen, dass die, die am meisten unter ihrem Schicksal leiden, meist die sind, die noch am meisten Reichtümer zu verzeichnen haben und das gar nicht begreifen. ☞ Was Du nun begreifen und vor allem mit beiden Händen fest greifen musst, ist:

1. Was ist wirklich passiert und was ist nicht passiert?

4. Welche Reichtümer hast Du noch im Spiel?

.....

.....

.....

.....

2. Wie könnte es noch schlimmer sein?

.....

.....

.....

.....

003 – HEBEL ANSETZEN

Du bist hellwach und hast Dich und Deine Perspektive wieder zurechtgerückt. Jetzt ist der Zeitpunkt gekommen, den großen Hebel anzusetzen, um die Situation in Deinem Sinne auf das richtige Gleis zu bringen. ¶ Dieser Hebel muss in Deinem Hirn ansetzen, denn es geht nicht darum, was ist, sondern was Du daraus machst. ¶ Harte Zeiten sind nichts anderes als Wachstum im Wolfspelz. Irgendwie scheint das Schicksal halt zu glauben, dass wir Menschen durch Schmerz besonders gut lernen. Sei's drum. Her mit dem Stoff und Lebensweisheit gefressen! ¶ Und ja, so darfst Du es ruhig sehen. Du musst Dich da durchfressen, egal ob Du tatsächlich was ausgefressen hast oder Dir einfach nur einer Dreck vor die Füße gekotzt hat. Du musst da durch. Und je länger Du wartest, desto länger dauert es, desto länger bleibst Du im Dreck. ¶ Noch einmal: Probleme sind Wachstum im Wolfspelz. Deine Frage lautet also: **Was kann ich daraus lernen?** ¶ Ich empfehle Dir, hier nicht esoterisch-lapidar vorzugehen sondern mit aller Inbrunst, denn wenn Du diese Aufgabe nicht packst, wirst Du in der Schule des Lebens nachsitzen müssen. Sprich, Du machst diese Aufgabe wieder und wieder und wieder und wieder und wieder ... so lange, bis Du es glaubwürdig gepackt hast. Du kannst Dich also eh nicht davor drücken, also setzt den Hebel an, um tief in diese Aufgabe einzutauchen, damit Du zu größtmöglichem Wissen und Wachstum in dieser Sache kommst. Das hat dann nämlich den unschätzbaren Wert, dass Du diese Aufgabe nur einmal zu bewältigen hast. ¶ Die meisten Menschen scheitern regelmäßig, weil sie ihre Lebensaufgaben nur oberflächlich angehen. Das ist wie beim Hausputz. Wenn Du nicht grundsätzlich gründlich aufräumst, lebst Du halt im Chaos. Das mag an der Oberfläche noch organisiert aussehen,

aber sobald man eine Schranktür aufmacht, kommen einem Chaos, Muff und Staub entgegen – wer will denn so leben? ¶ Mit anderen Worten: Alles, was Dir Angst macht, solltest Du in Tiefe und Textur durchdringen, um es Dir zu eigen zu machen. ¶ Auch ich habe in meinem Leben so manch schmerzhafteste Zeit durchgestanden – das ist es, worauf es ankommt. Es durchzustehen, nicht auf dem Rücken, nicht auf den Knien, sondern auf beiden Beinen stehend. ¶ Manchmal ist man so verwirrt, manchmal derart im Tal, dass man kein Licht mehr sieht. Darum ist es so wichtig, den Sinn darin zu finden. Nicht irgendeinen, sondern den Deinen. Frage Dich dabei nicht, „warum passiert mir das?“ Das ist die Opfer-Frage, die falsche Frage. Frage Dich: **Was kann ich daraus lernen? Was kann ich daraus machen?** Das ist die Game-Changer-Frage, die Frage derer, die das Spiel zu ihren Gunsten wenden. ¶ Vielleicht hast Du mitbekommen, wie der Vergeltungsschlag meiner Aggressoren mich und mein Team mit einer Rufmordkampagne überzog. Das war richtig Scheiße. Und weißt Du was? Scheiße ist Dünger! ¶ Diese Scheiße, in der Du gerade steckst, ist Dein Dünger. Nutze ihn! Nutze jede einzelne Unze, um Dich wieder aufzustellen – stärker, souveräner, stabiler als je zuvor! ¶ Wenn Du Dir die ganz Großen dieser Welt anschaust, ob Erfinder, Künstler oder Unternehmer – und dabei meine ich die, die der Menschheit einen wahren Dienst erwiesen haben. Sie alle haben eins gemeinsam: Sie litten mehr als ein Jedermann. Die Wurzel des Wortes Leidenschaft ist das Leid und dass man es geschafft hat, ihm zu entwachsen. Wenn Du also schon leiden musst, dann niemals umsonst, sondern mit Blick auf die Frage: **Was kann ich daraus lernen?!**

Was kann ich daraus lernen?!

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

004 – DURCH DEN SCHMERZ ATMEN

Bei allem, das an Dir abtropft, bei allem, das Du aushältst, so manches ist direkt bis ins Herz gedrungen und hat Dir Schmerz zugefügt. Vor diesem Teil des Schmerzes kannst Du Dich nicht schützen. Durch diesen Teil des Schmerzes musst Du bewusst durchatmen. Es durchzuatmen bedeutet nicht, es schnell in einem Workshop durchzuhecheln. Es bedeutet, bewusst zu spüren und dadurch zu heilen. ¶ In vielen Dingen geht es darum, richtig zu denken, das richtige Mindset zu haben. Doch beim Schmerz geht es auch um das richtige Heartset, die Fähigkeit, Schmerz spüren, aushalten und transformieren zu können. Das ist nicht nur eine Leistung Deines Kopfes, sondern auch eine Leistung Deiner Seele. Anstatt Dich abzulenken, lenkst Du Dein Fühlen direkt in den Schmerz hinein und ziehst Dein Ding durch. Du zuckst nicht zurück, Du ziehst es durch. Sonst kann die Wunde, die Dir jemand geschlagen hat, nicht vollständig heilen. Du musst dazu in Dein Herz hineinspüren, in den Schmerz spüren und ihn freigeben. Du musst den Schmerz erst in Besitz nehmen, bevor Du ihn wieder aufgeben kannst. Nur das, was Du wahrhaft hältst, kannst Du loslassen. ¶ In unserer Gesellschaft bekommen wir vorgemacht, dass man vor seinem Schmerz wegläuft, dass nur schwache Menschen schlechte Gefühle fühlen. Das ist schlechter Rat, das ist nicht die Realität. Um ein Gefühl loszuwerden, musst Du es erst einmal voll zulassen. Du musst es erst fühlen, um es dann fortgeben zu können. Wenn Du

nicht die Fülle Deiner Angst, Deiner Ohnmacht, Deiner Wut, Deiner Enttäuschung, Deiner Trauer voll und ganz gekostet hast, wirst Du sie niemals los – ich kann mir kaum ausmalen, was Dich das kosten wird. ¶ Unser schlimmster Feind ist nicht da draußen, sondern in uns drinnen – sein Name ist die „Vermeidung“. Es ist ein Naturgesetz, dass das, was ich zu vermeiden suche, mich heimsuchen wird. Also, Augen auf, hinein in den Schmerz, ihn in seiner Fülle durchleben und damit ein für alle Mal aufgeben! Das ist das was eine mutige Seele tut, bewusst und wach durch den Schatten gehen, um auf die Sonnenseite des Lebens zu gelangen. ¶ Schmerzhafte Gefühle funktionieren wie eine Reise. Sie haben einen Anfang, eine Mitte und ein Ende, und wenn Du die Tapferkeit besitzt, Dich einmal voll in das tiefste Tal fallen zu lassen, dann findest Du auch den Schwung, wieder herauszuklettern. Willst Du aber den Fall verhindern und krallst Dich mit allen Fingern in die Wand, um nicht zu fallen, dann werden Deine Finger bluten, Deine Nerven verrückt spielen und Du wirst erkennen, dass Du bei aller Kraftanstrengung unaufhaltsam dem Talboden entgegenrutschst. Ohne Halt, ohne Hoffnung. **Habe den Mut, Dich fallen zu lassen, für einen Moment im Schmerz zu ertrinken, um dann, wenn alle Tränen geweint sind, schlichtweg fertig zu sein mit diesem Schmerz, den Aufstieg in Angriff zu nehmen und damit Dein Leben wieder in Besitz zu nehmen.**

005 – DIE CHANCE AM SCHOPF PACKEN

Wenn Du auf Social Media schaust, wirst Du den Eindruck bekommen, Du seist der einzige Idiot auf der Welt, der sich mit Problemen herumschlägt. Das ist natürlich Quatsch. Doch man kann schon ins Zweifeln kommen, wenn man nur die eigenen Schwierigkeiten kennt. Bitte bedenke: Glück ist kein Zustand, sondern eine Erfolgsprämie! ¶ Niemand lebt ausschließlich im Sonnenschein. Die Gipfel des Erfolges erreicht man nur durch Mühsal und manches Tal. Und die größten Gipfel erklimmen die, die am besten mit Schmerz umgehen können. Wenn Du also gerade mitten im Schmerz bist, erkenne, dass das nur eine Jahreszeit ist. Nicht umsonst heißt es: Kommt Regen, kommt Sonne! ¶ Willst Du ein volles, erfolgreiches, glückliches Leben führen, musst Du jede Jahreszeit in ihren Qualitäten zu schätzen lernen. Der Autor Khalil Gibran hat das wunderbare Buch „Der Prophet“ geschrieben. Es ist eine großartige Hilfe in dunkler Zeit. Er schreibt: „Schwierige Zeiten kommen zu Dir, um die Hülle zu knacken, die Dein Verstehen verhindert.“ Er meint, dass es unser schwacher Teil der Persönlichkeit ist, unser Ego, das sich vor harten Zeiten fürchtet. Doch der reine Teil, der weise Teil, weiß, dass dies nur die Geburtswehen eines neuen Entwicklungslevels, die Wachstumsschmerzen unserer Seele sind. So gesehen also eine großartige Zeit – wenn

auch erst im Nachhinein. ¶ Ich frage Dich also die seltsame Frage: **Was war die bisher beste schlimmste Zeit, die Du hattest? Was alles hast Du im Nachhinein verstanden, was Du lernen musstest, um auf Dein aktuelles Level zu kommen? All Deine aktuellen Fähigkeiten in Besitz zu nehmen? Auf Deinem Niveau handeln zu können? ¶ Was war die Lektion, die Dich das alles hat lernen lassen?** ¶ Ich beispielsweise könnte meine Bücher nicht schreiben oder Videos für Dich machen, wenn ich meine schlimmsten Zeiten nicht überwunden hätte. Denn diese Zeiten haben mich geformt und zu dem gemacht, wer und was ich jetzt bin. Und nein, ich bin keinesfalls perfekt – weit entfernt davon. Doch nicht mehr ansatzweise so weit wie einst, vor meinen Feuertaufen. Und all meine Narben erzählen Geschichten des Lernens und vor allem beweisen sie eines: Dass ich stärker war als das, was mich unterwerfen wollte. Und darum bin ich stolz auf meine Narben – auf der Haut wie auf der Seele. Aus Stolpersteinen habe ich mir Trittsteine geformt, aus Problemen Prüfungen gemacht und aus meinen schlimmsten Zeiten bin ich gestärkt hervorgegangen, weil ich die Chancen der Zeit am Schopf gepackt habe. ¶ Darum frage ich Dich: **Welche Lektion lernst Du gerade jetzt?**

006 – DAS LUFTHOLEN VOR DEM GROßEN SPRUNG

Soweit das Hirn – **was lernst Du hier? Doch wie steht es um Dein Herz?** ¶ Wann immer Deine Nerven SOS funken, reagierst Du mit der Technik der „Einfädelungs-Taktik“, um Deine Situation wieder in den Griff zu bekommen. Das bedeutet, dass Du nach außen zuerst einmal gar nicht reagierst – Du bist nach außen im Stand-by-Modus, bis Du Dich emotional wieder gefangen und nervlich sortiert hast. Spezialeinsatzkommandos nennen diesen Stand-by-Modus Aktive Passivität. Man tut aktiv nichts, bis der richtige Zeitpunkt gekommen ist. Sprich: Man lauert auf seine Chance im Chaos einer Krise. ¶ Jede Krise, jedes Chaos, jede Katastrophe verläuft in Wellen. Und anstatt von der Welle erfasst, überspült und umhergewirbelt zu werden, stoppst Du Dich und wartest aktiv ab. Du wartest still und heimlich auf das Tal der Welle, um blitzschnell und gezielt zu reagieren. ¶ Auf dieses Wellental wartest Du wie auf eine Lücke im Verkehr, um Dich einzufädeln. Und manchmal ist es halt so, dass Du Dir noch nicht ganz sicher bist, ob Du eine Lücke erwischst, dann wartest Du auf die nächste und nächste und nächste – so lange, bis Du es Dir

sicher zutraust, die Lücke elegant zu erwischen und Dich souverän einzufädeln. Dann bist Du im Fluss ... und zwar im Fluss Deiner Fähigkeiten und kannst den Verkehrsfluss nun aktiv mitlenken – darauf kommt es an. ¶ In einer Krise ist es ähnlich. Irgendetwas hat Dich aus der Bahn geworfen und nun bist Du nicht mehr in Deinem Fluss. Irgendwie bist Du von Deiner Erfolgsstraße abgekommen und auf einer holprigen Nebenstraße gelandet. Jetzt musst Du Dich wieder von dieser Nebenstrecke in den dichten Verkehrsfluss auf der Erfolgsstraße einfädeln – gar nicht mal so leicht. Doch mit starken Nerven und Konzentration findest Du wieder zurück. ¶ Bei einer Attacke geschieht Dir etwas Unerwartetes, etwas Unvorhergesehenes und damit nicht selten in Deinem Denken etwas schier Unmögliches. Es wäre fatal, wenn Du Dich jetzt dem Aktionsrhythmus Deines Gegners anpasst und Dich von ihm bestimmen ließe. Nein: Tritt innerlich einen Schritt zurück, finde Deine Kraft und warte auf die Luft-Hol-Lücke Deines Gegenübers, um elegant einzufädeln und dann das Blatt in Deinem Sinne zu wenden.

007 – SICH DURCH DAS FEUER REINIGEN LASSEN

Manche Menschen wissen nicht zu schätzen, was sie haben. Das ist ziemlich trottelig. Und fast alle Menschen wissen nicht zu schätzen, worunter sie leiden. Das ist furchtbar hinderlich. Schmerz ist Schwäche, die die Seele verlässt. ¶ Damit will ich keinesfalls sagen, dass man den Schmerz suchen sollte. Das wäre ja masochistisch und wahrlich nicht dienlich. Was ich sagen will ist, dass man dem Schmerz keineswegs ausweichen sollte. ¶ Natürlich ist es in der Komfortzone angenehmer. Doch wenn Du zu lange darin bleibst, dann wird sie zu Deiner Norm, Deiner Normalität, Deinem Standard und ja, das Wort sagt es schon, damit wird sie zu Deiner Stagnation – dem Vorhof des Todes. Komm da raus. Allein das Wort „Komfortzone“ sagt es schon: Komm, fort, das ist die gefährliche Zone, weil es da bequem ist und mit dieser Bequemlichkeit steuerst Du zuverlässig in den Niedergang! ¶ Wann immer Du also umgehauen wurdest, niedergeschlagen bist und Dir gefühlt alles auseinanderbricht, dann nimm die Feuer taufe an als das, was sie

ist – ein Reinigungsprozess. Schmerzhafte reinigend, klärend, läuternd. ¶ Wenn alles hart auf hart kommt, erkenne, dass dies ein Klärungsprozess sein kann – wenn Du ihn annimmst. Du kannst es Dir vorstellen wie die Schmelze von Gold – Du nimmst dank dieser Feuer taufe eine neue Form an – stärker, gestählter, stabiler – und alte Schlacke brennt sich fort. Du wirst in Deinen Fähigkeiten also immer reiner. ¶ Ich weiß, das könnte man als nervige-esoterisch Kumbaya-Ausrede nehmen, um Dir den Schmerz Deiner Situation einfach nur gut zu verkaufen. Das ist nicht meine Absicht. Nein, ich bin mir absolut sicher, dass Du Schmerz nicht vermeiden kannst. Doch wenn Du das nicht kannst, dann solltest Du daraus den größten Nutzen ziehen, der sich Dir ergeben kann. Und das verlangt von Dir, Dich der Sache zu stellen wie einem Reinigungsritual: **Ein schlechter Tag für Dein Ego ist ein großartiger Tag für Deinen Erfolg! Denn in Deinen größten Prüfungen findest Du Deine größten Fähigkeiten.**



Möge dieser Phönix der Persönlichkeitsentwicklung Dir durch die unschönen Zeiten Deines Lebens helfen. Ich selbst schwöre auf diese 007, die mir selbst nicht nur hindurch, sondern auch auf ein neues Level meines Lebens geholfen haben. ¶ Wenn Du diese sieben Schritte hilfreich findest, dann teile sie gern mit Deinen Freunden. Wissen wird nicht weniger, wenn man es teilt, sondern mehr. Und je mehr souveräne und glückliche Menschen auf diesem Planeten leben, desto weniger Leid werden wir einander zufügen. ¶ Wenn Du den Eindruck hast, dass es vor allem bestimmte Menschen sind, die Dir das Leben schwer machen, dann lade ich Dich zusätzlich zu meinem Deppen-Detox ein: Das sind 21 Tage Intensiv-Detox von Deppen und depperten Gedanken, die man hat, wenn man Deppen ausgesetzt ist. Hier: www.profilersuzanne.com/academy/deppen-detox kannst Du mal schauen, ob das etwas für Dich ist.

**UND FALLS ES DIR HEUTE
NOCH KEINER GESAGT HAT:
„DU BIST EINZIGARTIG.
DU SCHAFFST DAS.
GIB GAS!“**

PROFILER
Suzanne

© HERAUSGEBERIN & AUTORIN: PROFILER SUZANNE GRIEGER-LANGER

IMPRESSUM: WWW.PROFILERSUZANNE.COM/IMPRESSUM | DATENSCHUTZ: WWW.PROFILERSUZANNE.COM/DATENSCHUTZERKLAERUNG

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

CASE NEEDS CRACKING? +49 69 959 32 5151