



Check List voor je missie

Ann Heylen

jump@annheylen.be

www.annheylen.be

18 vragen die je helpen je missie te vinden

Mensen blijven het moeilijk vinden om te weten te komen waarvan ze nu echt blij worden. Dat begrijp ik want daar heb ik ook lang mee geworsteld. Eerlijk? Het is geen statisch iets. Ik wil je graag verder helpen met een checklist van 18 vragen die je toelaten jezelf de juiste te stellen.

Hoe Dichter bij huis, hoe beter je de weg kent.

Wat jullie zeker moeten begrijpen:

1. Je missie is niet iets statisch. Want als persoon ben je steeds in evolutie en dus zal je missie met de Jaren meer en meer verfijnen. Dus verwacht geen éénduidig antwoord maar wees tevreden met een richting. En vertrouw er dan op dat het met de Jaren duidelijker zal worden

Energy flows where your attention goes.

2. Je moet met deze vragen regelmatig bezig zijn. Focus is nodig. Deze oefening moet je minstens 5 keer herhalen.
3. Antwoorden komen vanuit de stilte. Dus als je tijd maakt voor deze oefening, zorg er dan ook voor dat je niet afgeleid kan worden. Afleiding is 1 van de valkuilen die ervoor zorgt dat je steeds in rondjes blijft draaien en geen echte doorbraak realiseert.

1. Wat wil ik écht?
2. Wat wil ik doen? Wat wil ik leren? Wie wil ik zijn?
3. Wat kan ik uren doen zonder moe te worden? En waarvan je elk moment geniet?
4. Wat deed ik graag als kind?
5. Wat zijn mijn sterktes, je talenten, mijn unieke giften?
6. Waarmee kan ik anderen helpen? Wat vind ik gemakkelijk dat anderen moeilijk vinden?
7. Wat vinden anderen dat mijn talenten zijn?
8. Wat vind je het allerbelangrijkste in de wereld? (What do you care about most?)

9. Wat zijn mijn diepste waarden en normen?
10. Welke uitdagingen heb ik overwonnen waarop ik het meest trots bent?
11. Als ik moest les geven aan een grote groep mensen, waar zou mijn les dan over gaan?
12. Hoe zou ik mijn talenten, passies en waarden het liefst willen inzetten om bij te dragen aan het geluk van iemand anders of iets anders?
13. Als alles nu mogelijk moest zijn (geen beperkingen in geld, tijd, fysieke, ...) hoe zou ik mijn dag dan doorbrengen?

14. Wat heb ik al altijd willen doen dat ik tot hiertoe nog niet heb gedaan?
15. Stel dat ik nog maar een jaar te leven had, hoe zou ik mijn tijd dan spenderen?
16. Wat heb ik geleerd van mijn mislukkingen?
17. Schrijf in maximum 15 woorden wat je levensmissie is.
18. Als ik het leven zou leiden dat ik het meeste wens, hoe zou de wereld er dan uitzien? Hoe zou de wereld dan een betere plaats worden?



Succes!

Ann Heylen

Jump@annheylen.be

www.annheylen.be