

Jürgen Schröter



***So gehen Sie Ihren
Weg der Berufung***



www.Berufung-Coaching.net



Dieser „Praxis-Trainer“ ist das Lern- und Arbeitsbuch (7. veränderte Auflage) zum Buch von

Kurt Tepperwein
„Vom Beruf zur Berufung“

Er ist integrierter Bestandteil des

kompakten Einstieg-Seminars
„So gehen Sie Ihren Weg
der Berufung“

bestehend aus:

1. dem Buch von Kurt Tepperwein
2. diesem E-Book von Jürgen Schröter
3. einem zweistündigen Video-Seminar von Kurt Tepperwein

Übersicht über die zur Verfügung stehenden Übungen:

Übungen zur ersten Trainingseinheit: Entfesseln Sie sich

Buch Seite	Übungstitel	Meine Seite
39 - 40	Ich sehe klar meine Berufssituation	
40	Was für ein Mensch ist das?	
76	Wie mache ich aus dieser Situation eine Abenteuerreise?	
41 - 42	Jetzt befreie ich meine Träume	
42	Mein JETZT-Traum-Verwirklichungstagebuch	
51 - 53	Ich erkenne die Symptome der Fremdbestimmung	
67 - 70	Was fürchte ich eigentlich genau?	

Übungen zur zweiten Trainingseinheit: Selbstwertgefühl und Selbst-Bewusst-Sein

Buch Seite	Übungstitel	Meine Seite
72 - 75	Wo stehe ich jetzt?	
80 - 87	Welche Werte bestimmen meine Bestimmung?	
90 - 93	Wer bin ich wirklich? (50 Fragen)	
94	Liebesbrief an mich selbst	

Übungen zur dritten Trainingseinheit:

Veränderungen beginnen im Kopf und berühren das Herz

Buch Seite	Übungstitel	Meine Seite
100	Ich bestimme vier Begriffe	
120	Ich löse mich vom Mangelbewusstsein	
122	Ich löse mich von Unstimmigkeit in meinem Leben	
123	Wie steht es in den einzelnen Lebensbereichen?	
124	Ich erkenne den wahren Grund	
128	Ich erkenne dankbar meinen Reichtum!	
144	Ich erschaffe mir ein neues Selbst-Bild	
161	Mentales Umerleben: der vergangene Tag	
163	Mentales Umerleben: das vergangene Jahr	
164	Mentales Vorauserleben: die Zukunft	
166	Mentales Umerleben: ungünstige Gewohnheiten verändern	
167	Mentales Umerleben: Selbsterziehung	
167	Mein bisheriger Beruf war eine Ausbildung zur Berufung	
183	ICH BIN auf dem Weg zur Erfüllung meiner Berufung	



Ihr Berufungs-Coach
Hans-Jürgen Schröter

Willkommen zum Praxis-Trainer zum Buch von Kurt Tepperwein „Vom Beruf zur Berufung“!

Darf ich mich zunächst vorstellen? **Ich sehe meine eigene Berufung darin, andere Menschen auf ihren Weg zur Berufung hilfreich zur Seite zu stehen.** Nach meiner 15-jährigen, angestellten Lehrtätigkeit in der Erwachsenenbildung bin ich inzwischen auch schon über 20 Jahre erfolgreich selbständig.

Ich hatte schon immer eine Ahnung, was meine Berufung sein würde, es hat aber Jahre gedauert, bis alles wirklich stimmig war und ich sagen konnte: **Jetzt lebe ich meine Berufung!** Und ich konnte endlich erkennen: Mein ganzes bisheriges Leben war eine Ausbildung dorthin. All die scheinbaren Niederlagen und Rückschläge waren wertvolle Lektionen des Lebens, um mich dorthin zu leiten, wo ich heute bin.

Darf ich Sie zu dieser Abenteuerreise einladen? **Seine Berufung zu leben ist das Größte im Leben!** Sie leben nicht nur im Einklang mit sich selbst, sondern mit dem ganzen Leben. Es ist das Ende der Suche. Sie sind zu Hause angekommen. Wenn Sie durch Ihre Berufung dem Leben dienen, dann fördert es Sie und es geschehen richtige Wunder. Sie haben jederzeit alles, was Sie brauchen. Sie können das Leben in seiner ganzen Fülle genießen. Sie sind das Leben selbst!

Ich hoffe, dass ich Ihnen für einen Teil der Reise ein guter und erfahrener Reiseleiter bin - und **wir uns auf diesem Weg als Weggefährten auch einmal persönlich kennen lernen können.** Gelegenheiten dazu gibt es viele!

Einleitung zur Anleitung

Was ist **das beste Buch**, um Ihre Berufung zu verwirklichen? -

Es ist das Buch, das Sie in Ihre Lebenspraxis umsetzen! Dieser Praxis-Trainer will Ihnen dabei behilflich sein - nach dem Motto: **Lieber dieses Buch in Ihr Leben umsetzen als noch fünf weitere Bücher zum Thema zu lesen!**

Wir haben um das Buch „Vom Beruf zur Berufung“ alles an Lernmethoden eingerichtet, was Sie sich nur wünschen können: Heimstudium, Online-Lernen, Workshops und Lerngruppen, ja selbst die Vernetzung der Partner zu einer großen, kooperierenden Gemeinschaft. Verschaffen Sie sich einen Überblick im Anhang des Praxis-Trainers. **Dieser Praxis-Trainer ist nach dem Lesen des Buches ein erster Schritt in einem umfangreichen und genau aufeinander abgestimmten Programm.**

Sie haben alles, was Sie brauchen, um sich mit Ihrer Berufung erfolgreich selbständig machen zu können!

Wenn man vor großen Veränderungen im Leben steht, dann drängt sich die Frage auf: **Wo soll ich anfangen? Was sind die ersten Schritte? Was muss ich tun, um mein Ziel mit möglichst wenigen Umwegen zu erreichen? Sie brauchen ein Konzept, einen Plan. Hier ist das Konzept.** Machen Sie aus diesem allgemeinen Konzept Ihren ganz persönlichen Plan.

Dieser Trainings-Leitfaden hilft Ihnen, die notwendigen ersten Schritte vom WISSEN zum TUN umzusetzen. Es ist ein Angebot. Nutzen Sie das, was für Sie sinnvoll ist.

Sie können, aber müssen diesen Leitfaden nicht von der ersten bis zur letzten Seite durcharbeiten. Er ist so konzipiert, dass Sie selbst entscheiden können, welche Übungen Sie ansprechen und ausdrücken wollen. **So gestalten Sie sich Ihren eigenen Praxis-Trainer, am besten in der Form eines Schnellhefters.** Drucken Sie nur die Seiten aus, mit denen Sie gerade arbeiten möchten. Wenn Sie mit den vorgedruckten Seiten einer Übung z.B. nicht auskommen, heften Sie weitere Seiten dazu. Nummerieren Sie die Seiten Ihres Praxis-Trainers selbst! **Der Autor, die Autorin dieses Buches sind SIE SELBST!**

Dieser, Ihr Praxis-Trainer hilft Ihnen bei der Lösung von **drei Lernaufgaben**:

1. Die meisten Menschen stehen sich selbst im Weg. Auch wenn sie andere Menschen oder Umstände für Misserfolge oder das eigene Unglück verantwortlich machen, so sind sie es selbst, die sich Steine in den Weg legen, sich selbst begrenzen. Sie leben in einem Gefängnis ohne sich dessen bewusst zu sein, dass sie den Schlüssel zum Öffnen der Gefängnistüre in sich selbst tragen.

Die erste Lernaufgabe lautet:

Befreien Sie Ihr Potential! Sprengen Sie Ihre Grenzen! Entfesseln Sie sich!

Darum drehen sich die Übungen der ersten Trainingseinheit.

2. Ein wichtiger Schritt zur Befreiung ist auch **eine realistische Selbst-Einschätzung**. Viele Menschen haben kein realistisches Selbst-Bild. Entweder überschätzen sie ihre Kräfte und Fähigkeiten maßlos und scheitern an unrealistischen Erwartungen. Oder sie trauen sich gar nichts zu und scheitern an mangelnden Ansprüchen. Ein realistisches Selbst-Bild ist ein unverzichtbarer **Schritt zu einem guten Selbstwertgefühl und klarem Selbst-Bewusst-Sein**.

In dieser Trainingseinheit erstellen Sie sozusagen **Ihre Eröffnungs-Bilanz**:

Wo stehe ich jetzt? Was sind meine mich leitenden Werte? Was sind meine Stärken und Potentiale?

3. Wenn wir **aufhören fremdbestimmt zu re-agieren und beginnen selbstbestimmt und verantwortlich zu agieren**, dann werden wir Meister darin, unser Leben bewusst zu verändern, stimmig zu gestalten. **Veränderungen beginnen immer im Kopf bei den Gedanken, sind aber nur dann stimmig und nachhaltig, wenn sie das Herz berühren**.

Die dritte Trainingseinheit will Ihnen helfen, Ihren Geist zu klären, Mangelbewusstsein aufzudecken, sich für die Fülle des Lebens zu öffnen. Sie können dem Leben vertrauen, dass es Sie auf Ihren Weg bringt. Das Leben ist Ihr bester Lehrmeister. Diese Trainingseinheit bereitet Sie darauf vor, dem Leben, ihrer Seele die Führung zu überlassen.

Noch ein paar Worte zu den Übungen selbst:

- In den Übungen der einzelnen Trainingseinheiten wird kein „Wissen“ abgefragt. Sie absolvieren hier keinen Test oder eine Klausur. Im Gegenteil: **Je weniger Sie nachdenken, je spontaner, intuitiver und schneller Sie Ihre Antworten aufschreiben, um so sicherer können Sie sein, dass Sie Ihre eigene, tiefe Wahrheit ans Licht bringen.** Es geht nicht um Fakten-Wissen, sondern Selbst-Erkenntnis.
- **Es gibt keine „richtigen“ oder „falschen“ Antworten. Es gibt nur ehrliche und unehrliche Antworten.** Vielleicht helfen Ihnen diese Übungen an der einen oder anderen Stelle zu erkennen, dass Sie sich etwas vormachen und sich selbst betrügen. Es geht um Ihre Wahrheit, Ihre Wahrhaftigkeit und Ehrlichkeit zu sich selbst.

Manchmal ahnt man in den Übungen, was eine „gute Antwort“ wäre. Beobachten Sie sich selbst, ob Sie zu selbstkritisch mit sich umgehen oder zu selbstherrlich. Vielleicht fragen Sie bei der einen und anderen Übung einen nahen Mitmenschen, wie er Sie sieht. **Wachsen Sie in den Himmel, aber stellen Sie sich mit beiden Beinen auf die Erde.** Entwickeln Sie die anspruchsvollsten Visionen, aber werden Sie gleichzeitig realistischer denn je. Bewegende Veränderungen finden nur in der Realität statt.

- Die häufig verwendete **METHODE der Satzergänzungen** ist eine gute Hilfe, unbewusste Glaubenssätze ans Licht zu bringen, um sie zu erkennen und zu verändern. Hier ist es ganz besonders wichtig, spontan und ehrlich zu antworten. Sicher, wenn Sie Ihren ersten Gedanken zensieren und dann doch etwas anderes aufschreiben, können Sie das auch beobachten und Schlussfolgerungen daraus ziehen!
- Führen Sie manchmal **Selbstgespräche?** Das ist etwas Großartiges! Am liebsten würde ich es sehen, dass dieser Praxis-Trainer für Sie **ein Kommunikations- und Dialog-Trainer mit sich SELBST** ist. Ihr SELBST ist es, das Sie zu den Übungen und Trainings führt, die Sie jetzt weiter bringen. Ihr SELBST ist es, das Ihnen weiterführende Antworten „zuflüstert“. **Mit diesem Praxis-Trainer führen Sie ein Gespräch mit sich selbst.**

Jetzt ist es aber Zeit, dass ich mich als „Ihr Berufungs-Coach“ zurück ziehe.

Diese Einleitung soll nur eine Anleitung zu Ihrem Gespräch mit sich selbst sein. **Lernen Sie, bewusst mit sich selbst zu kommunizieren, sich Rede und Antwort zu stehen. Lernen Sie, sich selbst (Ihr Ego) „in Frage zu stellen“. Lernen Sie, der zu sein, der Sie sind - die zu sein, die Sie sind. Erkennen Sie JETZT Ihre wahre Bestimmung und Identität.** (Wenn nicht JETZT - wann DANN?)

Ihr bester Verbündeter ist das Leben selbst. ES WILL IHREN ERFOLG! Es braucht SIE, um sich verwirklichen zu können. Das Leben ist Ihr Rückenwind. Beenden Sie jetzt den Kampf gegen das Leben. Öffnen Sie sich dem Leben und lassen Sie sich von ihm tragen.



Mit den besten Wünschen
auf dem Weg zu Ihrer Berufung

Ihr Jürgen Schröter

Meine Email-Adresse:

Mein@Berufungs-Coach.net

*Willst du das Land in Ordnung bringen,
musst du erst die Provinzen in Ordnung bringen.
Willst du die Provinzen in Ordnung bringen,
musst du die Städte in Ordnung bringen.
Willst du die Städte in Ordnung bringen,
musst du die Familien in Ordnung bringen.
Willst du die Familien in Ordnung bringen,
musst du deine eigene Familie in Ordnung bringen.
Willst du deine eigene Familie in Ordnung bringen,
musst du dich in Ordnung bringen.*

KONFUZIUS

Was ist das Leben?

An einem schönen Sommertage um die Mittagszeit war im Wald Stille eingetreten. Die Vögel steckten Ihre Köpfe unter die Flügel. Alles ruhte.

Da steckte der Buchfink sein Köpfchen hervor und fragte: „Was ist eigentlich Leben?“ Alle waren betroffen über diese schwierige Frage.

Die Rose entfaltete gerade ihre Knospe und schob behutsam ein Blatt ums andere heraus. Sie sprach: „Das Leben ist eine Entwicklung.“ Weniger tiefsinnig veranlagt war der Schmetterling. Lustig flog er von einer Blume zur anderen, naschte da und dort und sagte: „Das Leben ist lauter Freude und Sonnenschein.“ Drunten am Boden schleppte sich eine Ameise mit einem Strohalm, zehnmal länger als sie selbst und sagte: „Das Leben ist nichts anderes als Mühe und Arbeit.“ Geschäftig kam eine Biene von einer honighaltigen Blume zurück und meinte dazu: „Das Leben ist ein Wechsel von Arbeit und Vergnügen.“ Wo so weise Reden geführt wurden, streckte der Maulwurf seinen Kopf aus der Erde und sagte: „Das Leben ist ein Kampf im Dunkel.“

Es hätte nun fast einen Streit gegeben, wenn nicht ein feiner Regen eingesetzt hätte, der sagte: „Das Leben besteht nur aus Tränen, nichts als Tränen.“ Dann zog er weiter zum Meer. Dort brandeten die Wogen und warfen sich mit aller Gewalt gegen die Felsen und stöhnten: „Das Leben ist ein stets vergebliches Ringen nach Freiheit.“ Hoch über ihnen zog majestätisch ein Adler seine Kreise, der frohlockte: Das Leben, das Leben ist ein Streben nach oben!“ Unten auf der Erde stand eine Weide, die hatte der Sturm schon zur Seite gebogen. Sie sagte: „Das Leben ist ein Sichneigen unter einer höheren Macht.“ Dann kam die Nacht. Mit lautlosem Flug glitt ein Uhu durch das Geäst des Waldes und krächzte: „Das Leben bedeutet die Gelegenheit nutzen, wenn andere schlafen.“

Schließlich wurde es ganz still. Es schwieg der Wald, es ruhte die Wiese, es schlief die Stadt. Dort ging ein junger Mann durch menschenleere Straßen nach Hause. Er kam von einer Feier und sagte: „Das Leben ist ein ständiges Suchen nach Glück und eine Kette von Enttäuschungen.“

Auf einmal stand die Morgenröte in ihrer vollen Pracht auf und sprach: „Wie ich, die Morgenröte, der Beginn des neuen Tages bin, so ist das Leben der Anbruch der Ewigkeit.“

Kambiz Poostchi (Hrsg.): Goldene Äpfel, Spiegelbilder des Lebens
Lehrreiche und humorvolle Geschichten, Weisheiten und Aphorismen aus aller Welt für Alltag, Beruf und Training, Verlag VIA NOVA

***Wo haben sich beim Lesen des Buches
Widerstände gegen bestimmte Thesen gereg?***

Bitte notieren Sie hier alle Vorbehalte, die Sie gegen bestimmte Buchinhalte haben. Das Programm bietet genug Raum, darüber mit anderen Menschen zu sprechen und zu diskutieren. Bitte sammeln Sie dazu Ihre Vorbehalte hier: