



רגע של כנות עם עצמך

10 שאלות שייתנו לך בוקס לבטן

אני לא רוצה את התשובות היפות שלך.
אני רוצה את התשובות האמיתיות שלך.
אלה שאת בדרך כלל עוטפת בתירוצים,
מסתירה מאחורי "הכול בסדר"
ומעדיפה לא להסתכל עליהן יותר מדי זמן.
כי לשם בדיוק אנחנו הולכות.

את. מול עצמך.



01

אם אף אחד לא היה שופט אותך או מצפה ממך לכלום,
איך היית בוחרת לחיות?

התשובה שלי

02

כמה מהחיים שלך היום הם באמת הבחירות שלך, וכמה
מהם הם פשוט מה שלמדת ש"צריך" לעשות?

התשובה שלי



03

מה את יודעת שאת צריכה לשנות כבר מזמן, אבל ממשיכה לדחות?

התשובה שלי

04

אם שום דבר בחיים שלך לא ישתנה בשנים הקרובות, האם את מוכנה לחיות בדיוק את החיים האלה?

התשובה שלי



05

**מי היית צריכה להיות כדי שיאהבו אותך כשהיית ילדה,
והאם את עדיין מנסה להיות היא גם היום?**

התשובה שלי

06

**אם היית מפסיקה לפחד מהמחיר של השינוי, איזה שינוי
היית עושה כבר עכשיו?**

התשובה שלי



07

**ממה את באמת מפחדת שיקרה אם תפסיקי לרצות את
כולם ותתחילי לבחור בעצמך?**

התשובה שלי

08

**איפה בחיים שלך את אומרת "זה פשוט מי שאני",
כשבעצם זו דרך שלמדת לשרוד?**

התשובה שלי



09

מה את ממשיכה להוכיח, ולמי, למרות שאף אחד כבר לא
ביקש ממך להוכיח את זה?

התשובה שלי

והשאלה הכי חשובה:

10

אם את כבר יודעת מה לא נכון לך, למה את
עדיין נשארת שם?

התשובה שלי