

Die Komfortzone **(=Kontrollbereich deines Lebens)**

von Raik Garve

Deine Komfort-Zone (=IST-Zustand deines Lebens)

1



**Kontroll-Bereich
deines Lebens**

Die Komfortzone ist der Bereich deines täglichen Lebens, den Du mit deinem Bewusstsein ausfüllst und mit Leichtigkeit kontrollieren kannst. Es geht dabei meist um tägliche Aufgaben, die Du mit deinen Fähigkeiten gut bewältigen kannst. Die Komfortzone entspricht genau der Größe deiner Persönlichkeit und deiner aktuellen Energie-Kapazität (=dir zur Verfügung stehende Energiemenge). Menschen, die Firmen oder sogar ganze Staaten leiten, tragen nicht nur für sich, sondern auch für viele andere Menschen Verantwortung und haben entsprechend sehr große Komfortzonen (=Kontrollbereiche).



**persönlicher
Wachstumsprozess**



WICHTIG: Diesem Wachstumsprozess (=Erweiterung des persönlichen Kontrollbereichs) liegt das Lebensgesetz der Entwicklung zugrunde.

Mental-Blockaden, die dein Wachstum verlangsamem...

2

Die häufigsten beiden Mental-Blockaden, die dich daran hindern, konstant zu wachsen, zu lernen und zu einer großen Persönlichkeit zu werden, lauten:

- 1.) Erlernte Hilflosigkeit (=fehlendes Know-How) >> Unwissenheit
- 2.) Die Bequemlichkeit der Komfort-Zone >> Angst vor der Zukunft

Die Gegenpole als Lösung hierzu lauten dagegen:

- zu 1.) Wissensaneignung durch Seminare, Bücher, Trainings, Kurse, Vorbilder
- zu 2.) großes Verlangen nach einem Ziel (=Vision) außerhalb der Komfort-Zone

3 Tipps, welche die Kreativität (=Ideen-Generator) deines Geistes entfesseln und dir somit helfen können, solche Mentalblockaden zu überwinden:

- 1.) Ziele, die du unbedingt erreichen willst
- 2.) dringende Probleme (=noch zu lösende Aufgaben)
- 3.) genaue Fragen

Raum für deine eigenen Notizen...