



# **7 Fragen,** **die dich deiner Wahrheit** **näher bringen**

Finde Klarheit. Lebe, was wirklich deins ist.

SABINE LANGE  
Coaching & Mentoring  
für innere Klarheit und authentisches Leben

# WILLKOMMEN

Vielleicht spürst du, dass da mehr in dir ist – eine Wahrheit, die gehört werden möchte.

Diese 7 Fragen sind eine Einladung auf den Weg vom Funktionieren zum Fühlen – hin zu mehr Klarheit, Wahrheit und innerer Ruhe.

Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten - nur deine Wahrheit. Nimm dir Zeit, atme tief und schreibe, was kommt.

Erlaube dir ehrlich zu sein.

## WIE DU DIESE FRAGEN NUTZT

Suche dir einen ruhigen Ort ohne Ablenkung.

Lass die Antworten fließen, ohne zu bewerten.

Überrasche dich selbst.

Mit ❤️ für dich

SABINE LANGE

# 7 FRAGEN

**Wann fühle ich mich am lebendigsten?** Denke an Momente, in denen du ganz bei dir warst - voller Energie und Präsenz.

---

---

---

---

**Wer bin ich, wenn ich nichts leisten muss?** Wenn du für einen Moment alle Rollen, Erwartungen und To-do-Listen loslässt – wer bleibt dann übrig? Welche Qualitäten, welche Sehnsucht, welche Ruhe?

---

---

---

---

**Was würde ich tun, wenn ich keine Angst vor Ablehnung hätte?** Lass deiner Fantasie freien Lauf - es gibt kein richtig oder falsch.

---

---

---

---



# 7 FRAGEN

**Was in meinem Leben fühlt sich gerade eng an – und was weit?**

Dein Körper weiß, was dir guttut. Eng fühlt sich oft nach „nicht mehr stimmig“ an. Weite ist ein Zeichen für Wahrheit. Was darf gehen, was darf wachsen?

---

---

---

---

**Was habe ich mir lange nicht erlaubt zu fühlen?** Manchmal halten wir Gefühle zurück, weil wir glauben, sie seien „zu viel“. Genau dort, wo du dich selbst wieder fühlen darfst, liegt deine Lebendigkeit.

---

---

---

---

**Was würde ich tun, wenn ich mir wirklich selbst vertraue?** Welchen kleinen, mutigen Schritt würde ich gehen? Es muss nicht groß sein - manchmal reicht ein ehrliches Gespräch oder eine klare Entscheidung.

---

---

---

---

# 7 FRAGEN

**Was bin ich bereit loszulassen, um Platz für mein authentisches Leben zu schaffen?** Alte Überzeugungen? Erwartungen anderer? Gewohnheiten, die mir nicht mehr dienen?

---

---

---

---

**Meine wichtigste Erkenntnis heute:**

---

---

---

---

Diese Fragen sind Einladungen – keine Aufgaben.  
Wenn du dich ihnen öffnest, beginnst du, dich selbst wieder zu spüren.  
Und genau dort beginnt Veränderung: in der ehrlichen Begegnung mit dir.

“DU MUSST NICHTS WERDEN.  
DU DARFST DICH NUR ERINNERN, WER DU BEREITS BIST.”





## Bereit für innere Klarheit?



**Ich bin Sabine Lange.**

Ich begleite dich in Coaching & Mentoring auf deinem Weg zu mehr Klarheit, Selbstvertrauen und einem Leben im Einklang mit deinem authentischen Selbst.

## Lass uns sprechen.

Scanne den Code für dein kostenloses Kennenlerngespräch - 30 Minuten für dich.



Oder direkt buchen auf  
[sabinelangecoaching.com/kennenlernen](https://sabinelangecoaching.com/kennenlernen)