

GIDO SCHIMANSKI



# 100 Kraftvolle Fragen

---

*Quantum Impact Questions für jeden Bereich deines Lebens*

*Beyond Success*

## Wie du diese Fragen nutzt

Eine Quantum Impact Question nimmt das, was du dir wünschst, und stellt es als Frage - so, als wäre es bereits wahr. Dein Geist kann nicht anders, als nach einer Antwort zu suchen. Genau darin liegt die Kraft.

Die folgenden 100 Fragen sind nach zehn Lebensbereichen geordnet. Du musst nicht alle auf einmal nutzen. Wähle die eine Frage, die dich gerade am meisten berührt, und trage sie für einen Tag mit dir. Lies sie morgens. Lies sie, wenn der alte Zweifel sich meldet. Beobachte, was dein Geist und dein Körper dir zurückmelden, also wie es sich anfühlt. Besonders machtvoll ist es, eine Frage an einer alltäglichen Handlung zu verankern - wie zum Beispiel das Ausrollen der Yogamatte oder den Gang zur Toilette. So wird die Frage Teil deines Tages, ganz ohne zusätzlichen Aufwand.

*Jede Quantum Impact Question fragt im Kern: "Warum ist es jetzt bereits so?!"*

Spür beim Lesen, was sich in deinem Körper verändert. Diese Veränderung ist der eigentliche Beweis - nicht die Theorie dahinter.

## 01 **Gesundheit & Energie**

---

- 01 Warum werde ich mit jedem Schritt gesünder und stärker?
- 02 Warum fühlt sich mein Körper jeden Tag vitaler und kraftvoller an?
- 03 Warum entscheide ich mich immer leichter für das, was meinem Körper guttut?
- 04 Warum wird Gesundheit für mich immer natürlicher?
- 05 Warum liebe ich es, meinen Körper stark und leistungsfähig zu halten?
- 06 Warum habe ich jeden Tag mehr Energie für mein Leben?
- 07 Warum regeneriert mein Körper immer besser und schneller?
- 08 Warum fällt es mir leicht, meinem Körper zuzuhören?
- 09 Warum vertraue ich meinem Körper immer mehr?
- 10 Warum wird mein Körper mit jeder bewussten Entscheidung stärker?

## 02 **Fokus & Klarheit**

---

- 11 Warum finde ich immer leichter zurück in meinen Fokus?
- 12 Warum erkenne ich immer schneller, was wirklich wichtig ist?
- 13 Warum wird mein Geist mit jedem Tag klarer und ruhiger?
- 14 Warum fällt es mir leicht, Ablenkungen loszulassen?
- 15 Warum entscheide ich mich immer öfter für Klarheit statt Chaos?
- 16 Warum weiß ich genau, worauf ich meine Energie richten darf?
- 17 Warum wird Fokus für mich immer natürlicher?
- 18 Warum bleibe ich ruhig, klar und präsent?
- 19 Warum gelingt es mir, meine Gedanken bewusst zu steuern?
- 20 Warum konzentriere ich mich immer leichter auf meine Zone of Excellence?

## 03 Identität & Selbstbild

---

- 21 Warum werde ich jeden Tag mehr zu der Person, die mein Ziel bereits lebt?
- 22 Warum denke, fühle und handle ich immer mehr wie mein zukünftiges Ich?
- 23 Warum fällt es mir leicht, meine neue Identität zu verkörpern?
- 24 Warum sehe ich mich immer klarer als erfolgreiche, gesunde und starke Person?
- 25 Warum erlaube ich mir, größer zu denken und mutiger zu handeln?
- 26 Warum wird mein Selbstbild jeden Tag kraftvoller?
- 27 Warum erkenne ich meinen eigenen Wert immer tiefer?
- 28 Warum fühle ich mich bereit, mein nächstes Level zu leben?
- 29 Warum entscheide ich mich immer öfter aus meiner stärksten Version heraus?
- 30 Warum bin ich bereit, mein altes Selbstbild loszulassen?

## 04 Motivation & Sinn

---

- 31 Warum ist mein Ziel für mich so bedeutungsvoll?
- 32 Warum verbinde ich mich jeden Tag tiefer mit meinem Warum?
- 33 Warum gibt mir mein Traum Kraft, Richtung und Energie?
- 34 Warum spüre ich immer klarer, wofür ich wirklich losgehe?
- 35 Warum motiviert mich mein zukünftiges Leben so stark?
- 36 Warum ist mein Erfolg gut für mich und gut für andere?
- 37 Warum liebe ich den Weg genauso wie das Ergebnis?
- 38 Warum finde ich immer mehr Freude in meinem Wachstum?
- 39 Warum wird mein Traum jeden Tag realer für mich?
- 40 Warum lohnt es sich für mich, dranzubleiben?

## 05 Disziplin & Umsetzung

---

- 41 Warum handle ich heute klarer, mutiger und entschlossener als gestern?
- 42 Warum wird Handeln für mich leichter als Zweifeln?
- 43 Warum entscheide ich mich immer öfter für Fortschritt statt Perfektion?
- 44 Warum setze ich meine Pläne immer einfacher und konsequenter um?
- 45 Warum liebe ich Wiederholung, weil sie mich zur Meisterschaft führt?
- 46 Warum fällt es mir leicht, kleine Schritte täglich umzusetzen?
- 47 Warum bleibe ich auch dann dran, wenn es unbequem wird?
- 48 Warum wird Disziplin für mich zu Freiheit?
- 49 Warum trainiere ich meinen Fokus wie einen Muskel?
- 50 Warum bin ich eine Person, die tut, was sie sich vornimmt?

## 06 Sport & Performance

---

- 51 Warum wird mein Körper mit jedem Training ausdauernder, stärker und effizienter?
- 52 Warum performe ich mit Klarheit, Freude und Vertrauen?
- 53 Warum wachse ich mit jeder Einheit in meine Siegeridentität hinein?
- 54 Warum wird jede Wiederholung ein Beweis meiner Stärke?
- 55 Warum genieße ich den Weg zu meiner Bestleistung?
- 56 Warum werde ich unter Druck ruhiger, klarer und stärker?
- 57 Warum vertraue ich meiner Vorbereitung immer mehr?
- 58 Warum wird mein Körper immer intelligenter in Bewegung?
- 59 Warum finde ich im Training immer mehr Kraft, Fokus und Leichtigkeit?
- 60 Warum liebe ich es, meine Grenzen bewusst und gesund zu erweitern?

## 07 Emotionale Stärke

---

- 61 Warum kann ich meine Emotionen immer bewusster wahrnehmen und führen?
- 62 Warum bleibe ich auch in herausfordernden Momenten stabil?
- 63 Warum wird innere Ruhe für mich immer zugänglicher?
- 64 Warum vertraue ich mir auch dann, wenn ich den ganzen Weg noch nicht sehe?
- 65 Warum lasse ich Druck immer leichter los?
- 66 Warum fühle ich mich jeden Tag sicherer in mir selbst?
- 67 Warum kann ich Herausforderungen als Training für mein nächstes Level sehen?
- 68 Warum wachse ich durch Situationen, die mich früher gestresst hätten?
- 69 Warum kehre ich immer schneller in meine Kraft zurück?
- 70 Warum entscheide ich mich für Vertrauen statt Angst?

## 08 Geld, Ressourcen & Erfolg

---

- 71 Warum lerne ich immer mehr, Geld und Ressourcen bewusst zu lieben?
- 72 Warum fällt es mir leicht, Geld als Werkzeug für Wirkung und Freiheit zu sehen?
- 73 Warum ziehe ich immer mehr Möglichkeiten, Ressourcen und Unterstützung an?
- 74 Warum erlaube ich mir, erfolgreich, sichtbar und gut bezahlt zu sein?
- 75 Warum ist mein finanzieller Erfolg gut für mich und gut für andere?
- 76 Warum treffe ich immer bessere Entscheidungen mit Geld und Ressourcen?
- 77 Warum werde ich jeden Tag souveräner im Umgang mit Wert, Geld und Erfolg?
- 78 Warum öffne ich mich für mehr Fülle, Verantwortung und Wirkung?
- 79 Warum darf Erfolg für mich leicht, klar und natürlich werden?
- 80 Warum werde ich immer besser darin, Wert zu schaffen und Wert zu empfangen?

## 09 Beziehungen & Wirkung

---

- 81 Warum ziehe ich Menschen an, die mein Wachstum unterstützen?
- 82 Warum inspiriert mein Erfolg andere, ebenfalls zu wachsen?
- 83 Warum fällt es mir leicht, gesunde Grenzen zu setzen?
- 84 Warum kommuniziere ich immer klarer, ehrlicher und kraftvoller?
- 85 Warum umgebe ich mich mit Menschen, die Fokus, Energie und Vision leben?
- 86 Warum bin ich ein positives Beispiel für andere?
- 87 Warum erlaube ich mir, sichtbar zu sein und Wirkung zu erzeugen?
- 88 Warum wird meine Energie für andere immer inspirierender?
- 89 Warum entstehen immer mehr wertvolle Verbindungen in meinem Leben?
- 90 Warum darf mein Wachstum auch anderen dienen?

## 10 Vision & Traumleben

---

- 91 Warum wird mein Traumleben jeden Tag greifbarer?
- 92 Warum lerne ich immer mehr, meinen Traum wirklich zu leben?
- 93 Warum richte ich meine Entscheidungen immer klarer auf meine Vision aus?
- 94 Warum ist mein Traum nicht nur möglich, sondern auf dem Weg zu mir?
- 95 Warum vertraue ich dem Prozess meines Wachstums immer mehr?
- 96 Warum wird mein nächstes Level immer natürlicher für mich?
- 97 Warum entscheide ich mich jeden Tag für die Version von mir, die mein Traumleben lebt?
- 98 Warum öffne ich mich für größere Möglichkeiten, als ich bisher für möglich gehalten habe?
- 99 Warum darf mein Leben gesünder, freier, erfolgreicher und erfüllter werden?
- 100 Warum werde ich mit jedem Tag, jedem Schritt und jeder Entscheidung mehr zu der Person, die mein Traumleben bereits lebt?