

WORKBOOK



Claudia Schwab

WAHRHEIT

Deine Box und Geschichte/n

Heute dreht es sich um: Spieglein, Spieglein an der Wand.

Nein, nicht darum, ob die Schönste oder der Schönste bist, sondern, wie du herausfindest, dass sich deine Innenwelt in deiner Außenwelt widerspiegelt.

Finde heraus, was dein „Schatzkästchen“ ist und welche Grenzen du einhältst und was du alles tust, um von dir bestimmte Dinge nicht preisgeben zu müssen. Erst wenn du den Inhalt deines „Schatzkästchen“ klar erkannt hast, kannst du die wichtige/n Entscheidung/en treffen.

Sanft ausgedrückt: Integer zu sein!
Etwas klarer: Integer = authentisch und kann auch kompromisslos genannt werden.

Egal, ob du jetzt integer, authentisch oder kompromisslos bist, kann sich für dich ein anderes Level an Selbstliebe einstellen. Diese Selbstliebe zeigt sich dann definitiv im außen.

Alles, was sich nicht zeigt, hast du nicht verkörpert.

Embody you mit allem was du willst.

Geldübung -

Zahle nur noch mit Scheinen.

Zahle nur noch mit Scheinen und nimm Wechselgeld nur noch in Scheinen an. Rein praktisch bedeutet das, dass du immer auf die nächsten 5 Euro aufrundest und der Rest Trinkgeld ist.

Beobachte alle deine Gedanken und Verurteilungen, die dabei hochkommen und hinterfrage dich.

Beispiele:

Warum genau ist das zu viel?

Wofür hättest du das Geld jetzt gerade stattdessen ausgegeben?

Wofür brauchst du dieses Geld (max. 4,99 Euro) dringend am Monatsende?

Woher weißt du, dass du dadurch arm wirst?

Warum genau empfindet dich deshalb jemand als überheblich?

Wie kommst du auf die Idee, dass du Geld nicht zu schätzen weißt nur, weil du großzügig bist?

Was genau bedeutet es eigentlich den Pfennig zu ehren, damit du den Taler wert bist?

WELCHE ENERGIE KONKURRIERT

mit deiner Geldenergie?

Ich kann niemanden ändern! Es ist auch nicht nachhaltig, wenn ich dich motivieren muss, damit du dich veränderst. DU hast eine Wahl!

Es gibt nur zwei Möglichkeiten:

- 1.) Gemeinsames Wachstum mit einem anderen Menschen
- 2.) Ego-Spiele über mehrere Jahre und Machtgetue

Was wählst du?

Hm, vielleicht fragst du dich, was das ganze mit Geld zu tun hat?

Jeder von uns hat an beliebiger Stelle einen Lebensbereich, der mit dem Thema Geld konkurriert. Wäre das nicht so hättest du den Kontostand deiner Träume. Wir hätten dann alles, was wir wollen.

Ich bin jetzt kristallklar:

Wenn du schon einige Programme gemacht hast, egal ob mit Geld oder was weiß ich, und du sie nur wie eine To-do-Liste absolvierst, dann verarschst du dich nur und dein Ego hat dich ganz schön an der Nase herumgeführt. Dieses ganze: „Ich arbeite an mir, ich liebe mich selbst, ich bin offen und bereit dafür ...“

Warum hat sich dann noch nichts verändert?

Butter bei dir Fische

1. Wenn du alles nur abarbeitest (männliche Energie) empfängst du nichts.
2. Wenn du innerlich etwas verändert hättest, wäre dein außen anders.
3. Punkt.

Ganz ehrlich, wenn du so viel im Innen gearbeitet hast, warum zeigt sich das dann nicht im Außen? Schau ehrlich hin, damit es weitergeht, irgendwo ist noch etwas vorhanden, das dich im Kreis drehen lässt!

Und wieder ist die wichtige Botschaft:

Es geht viel weniger um dieses machen und tun, sondern...in welchem Zustand du dich im Inneren befindest.

20 % Tun

80 % Sein

Das weißt du ja auch schon. Lass uns gemeinsam singen: „Tausend mal berührt – Tausend mal ist nix passiert!“

Mach mal Zoom und beobachte. Geh ins Gefühl, unterstütze mit deinen Handlungen und Worten.

Zooooooooommmmmmmmm.

