Hallo und herzlich willkommen zu unserem nächsten Video, unsere Quelle. Jetzt weißt du schon, was deine vier Sehnsüchte sind und es geht darum, dass wir diese Lehre oder dieses Vakuum, was wir immer wieder in uns spüren oder fühlen, beginnen, für uns aufzufüllen und dadurch anderen Menschen helfen können, aber nicht mehr auf unsere Kosten, sondern aus unserer Fülle heraus, aus dem Reichtum heraus, was in uns ist. Und da helfen die vier Sehnsüchte extrem praktisch. Genau und das hier ist eine Quelle, wie man natürlich gleich sehen kann in meinem Talent ist mannens, meine Gabe und meine Berufung ist es nicht. Aber stellte euch mal vor, dass es eine Quelle in euch ist und ihr habt euer ganzes Leben immer wieder danach gesehen, dass andere Menschen euch wertschätzen, dass sie Liebe geben, dass sie dir aufbauen, stärken und diese Sehnsüchte eigentlich, die erste zwei Sehnsüchte, die ihr habt, das habt ihr immer verlangt oder abverlangt zu euren Eltern, von eure Geschwister, dann später von in der Schule, von euren Klassenkameraden, Freunde, bekannte, Lehrer, Lehrerinnen und irgendwo hast du trotzdem immer gedacht, es ist einfach ein Mangel da, weil hier unten die Quelle porös ist, es sind Löcher drin. Also ihr habt euch gesehen, dass eure Sehnsüchte erfüllt werden? Auch Freiheit zum Beispiel, also auch ganz oft die vierte Sehnsucht oder die dritte Sehnsucht nach Miteinander, nach Harmonie. Genau, also auch da habt ihr euch nachgesehen und sehr oft waren die noch dominanter und standen mehr an erster Stelle, wie jetzt eure erste zwei Sehnsüchte. Aber dadurch, dass es hier porös war, ist es auch gleich wieder unten rausgegangen. Vielleicht kennst du das, du bekommst irgendwo ein Lob und dann sagst du, das war doch nichts oder ja, passt schon. Und wir tun das eigentlich ab. Einerseits sehnen wir uns danach, dass diese Sehnsüchte in uns so richtig aufgehen, aber wenn wir es dann bekommen, hilft es uns vielleicht kurz, es macht vielleicht die Wände mal von die Quelle ein bisschen feucht und du fühlst dich wohl und fünf Minuten später kommt irgend ein Anruf oder ein Brief rein und du bist wieder richtig betrübt. Und wenn du solche Situationen kennst, dann ist es ganz wichtig, dass wir lernen, hier unten, dass wir diese Boden zu machen. Und wie funktioniert das? Ganz, ganz wichtig, das ist, das passiert durch eine Entscheidung. Und das Überraschende ist, dass wir alle unsere Kunden gefragt haben, ob sie schon eine Entscheidung für sich selbst getroffen haben, ob sie schon ja zu sich selbst gesagt haben, weil wir, wenn wir Kinder haben, zu ihnen haben wir ein ja gesagt oder wenn wir geheiratet haben, dann haben wir zu unserem Partner auch ein ja gesagt oder wenn wir einen Beruf haben oder eine Selbstständigkeit haben, oder die uns erfüllt, dazu haben wir auch ein ja gesagt. Und den meisten Kunden von uns und genauso auch mit uns war das so. Es ist ihnen und uns auch nicht eingefallen, dass wir dieses Jahr, was wir zu anderen sagen, dieses Jahr wird auch zu uns sagen könnten. Und deshalb ist es so so wichtig, dass wir zuerst wirklich eine, eine bewusste Entscheidung zu uns treffen und dass wir ja zu uns sagen. Und das machen wir auch sehr, sehr praktisch mit unserer ersten Sehnsucht, in dem wir sagen, okay, jetzt nehme ich mich wirklich an so wie ich bin oder ich darf wirklich so sein, wie ich bin oder ich bin komplett. Das ist auch eine Sehnsucht zum Beispiel. Und die Menschen, die diese Sehnsucht haben als erstes, ich bin komplett, die haben richtig große Probleme damit, weil sie bis jetzt immer wieder nur ihre Fehler oder Defizite gesehen haben und nicht das Reichtum, was wirklich da ist in ihnen. Genau. Und wir ermutigen euch auch wirklich, das auch aufzuschreiben. Wenn ihr sagt, von heute ist der Tag, sag ich wirklich Ja zu mir, dann schreibt ihr das auch auf mit dem Datum, wo man mal vergessen wird, dass wir Ja gesagt haben. Auch manchmal in der Partnerschaft vergessen wir es manchmal, wir haben Ja gesagt. Und dann wieder festzuhalten, sagen wir Nein, an denen dem Tag, da habe ich Ja gesagt zu mir. Da habe ich mich geheiratet, sozusagen. Ja und feiern auch wirklich diesen Event und macht es wirklich wirklich wichtig, sagst dann Ja, es ist so gut, dass ich mich in meinem Leben habe. Du kannst quasi wie ein Vertrag mit dir schließen, das Einrahmen und dann an die Wand kannst du das aufhängen und du kannst auch ein Sekt öffnen. Also du kannst es wirklich feierlich machen. Und das extrem wichtig ist, dass du keine Gefühle von dir erwartest. Also diese Entscheidung sehr oft ist es so, dass du zum Beispiel sagst, okay, ich habe verschiedene Herausforderungen oder ich bin noch nicht so weit, wie ich sein möchte. Und deshalb haben wir nicht diese, diese Annahme uns gegenüber und wir haben das Gefühl, erst wenn ich diese oder das geschafft habe oder diese oder das überwunden habe oder diese oder das erreicht habe, es dann kann ich mich wirklich annehmen oder akzeptieren. Und das ist deine Falle. Genau, da gibt es eine schöne Geschichte von ein Eherpaar, gerade frisch verheiratet und am Abend kommt der Breitegum zum Pfarrer und sagt, irgendwie, ich bin zwar verheiratet, aber ich fühle mich nicht verheiratet. Und der Pfarrer nimmt dem so richtig beim Kragen und sagt, aber du bist es. Also diese Gefühle sind auch bei uns nicht immer da, dass wir verheiratet sind. Aber wir wissen, wir sind verheiratet. Wir sind füreinanderbestimmt. Das ist so wichtig. Verheiratet, seinen Entscheidungen für sich zu nehmen. Es ist eine Entscheidung. Das ist kein Gefühl. Es ist eine Entscheidung, vor allem in Zeiten, daran zu festzuhalten, wenn du dich gerade nicht so danach fühlst. Wenn du ein Elefant in einem Porzellanladen bist. Und was ganz wichtig ist, die Gefühle kommen aber. Also du musst jetzt nicht auf Gefühle verzichten, sondern diese Entscheidung zu dir selbst bewirkt dann wirklich diese Gefühle zu dir, dass du dich lieben kannst, dass dich annehmen kannst, dass du zufrieden bist mit dir, dass du glücklich bist mit dir, dass du wirklich dankbar bist dafür, dass du so geschaffen bist, wo du wirklich bist. Also die Gefühle kommen, aber die Gefühle werden auch abhängig sein von unseren Umständen. Und das ist das, was wir nicht zulassen dürfen. Genau. Und da kommen wir auch gleich dazu, wie du das auch immer wieder mehr fühlen kannst. Aber wie wir vorhin gesagt haben, die erste Entscheidung ist, dass wir hier unten zumachen. Und das heißt also ein rieses großes Fettes. Ja, zu uns selbst. Sehr gut. Und dann, wenn der Boden zu ist, dann geht es darum, dass wir diese Leere oder dieses Vakuum oder diese Quelle in uns aufführen. Und das machst du hauptsächlich mit deiner zweiten und dritten Sehnsucht. Ganz, ganz praktisch. Und dann, was passiert dann, wenn wir beginnen, diese Quelle aufzufüllen? Also das heißt zuerst, wir gehen uns selbst diese erste zwei Sehnsüchte, die Wertschätzung. Ich bin so, wie ich bin. Ich liebe mich so, wie ich bin. Wie gibst du dir selber? Und dadurch, dass jetzt hier dieser Boden zugemacht ist, kann deine Quelle immer mehr sich aufhüllen. Und das ist ganz wichtig. Das ist ein Prozess. Und vertraue einfach den Prozess. Aber du wirst immer mehr auch dann spüren, dass es dir einfach gut geht. Und dass hier auch diese grüne Pfeilen, die dieser Lob von den anderen, wir sind auf einmal auch viel mehr annehmen können, die ich drüber freuen können und ich damit auffüllen. Und es leist nicht mehr unten raus. Sehr oft haben wir in unserem Leben unsere Sehnsüchte, die wir selber so sehr uns danach gesehen haben, immer andere weitergegeben. Unsere Kinder und Ehemann, unsere Partner und unsere Kunden und so weiter und so fort, aber nicht uns selbst. Und dadurch, dass eigentlich vorher das fast leer war, haben wir aus dem Mangel herausgegeben. Und was wir für euch so richtig wünschen, ist, dass ihr so richtig zum Überfluss kommt und wann fängt eine Quelle an zu fließen. Zu anderen viele sagen, wenn er voll ist. Aber wenn die Quelle voll ist, läuft er noch nicht über. Zuerst, wenn er über voll ist. Wenn du jetzt anfängst, immer noch mehr, diese Sehnsüchte zu geben, dann fließt es automatisch immer mehr zu den anderen. Und du bist nicht mehr ausgebrannt anschließend, sondern die Menschen können viel mehr das annehmen, was du zu geben hast. Also eine Quelle soll richtig überfließen zuerst. Also lernen wirklich, diese Zeiten immer wieder für dich zu nehmen, dass du dich auffüllst, dass du wirklich so voll saftig bist. Und das möchte ich auch ein Beispiel geben von Feuerwehr. Der Schlauch vom Feuerwehr, der Schlauch ist nicht ganz dicht, der ist porös. Ja, und da geht immer auch, auf die Seite geht Wasser raus und der ist aus Stoff. Und das hat ein ganz wichtiger Grund, dass wenn die Funken kommen, dass der Schlauch so richtig nass ist, dass wenn die Funken kommen, dass der Schlauch nicht verbrannt. Aber dann können sie nicht mehr weitersprühen. Dann können sie nicht mehr das Feuer löschen. Deswegen ist es so wichtig, dass wir lernen auch bei uns, dass unsere Schlauch zuerst so richtig aufgefüllt wird. Und dann erst können wir nach außen so richtig fließen und auch die Angriffe irgendwie negative Sachen löschen viel, viel schneller. Und das wird natürlich ein Schleichen der Prozesse an. Das heißt, du sollst jetzt nichts aufhören, was du bis jetzt gemacht hast. Darum geht es nichts und es geht darum, du tust genauso weiter, wie du bisher getan hast und du beginnst bestimmte Entscheidungen für dich zu treffen. Du beginnst, da kommen wir jetzt noch auf drei Bereiche, was du für dich machen kannst. Du beginnst immer mehr dich zu stärken, immer mehr dich aufzufüllen und dadurch ist das, was du gibst, gibst du immer mehr aus deiner Fülle heraus und nicht mehr aus deiner Mangel heraus? Genau. Das, was ich vorher auch gesagt habe, also wenn wir wirklich uns so richtig auffüllen mit unserer Sehnsüchte und unsere Quelle so richtig überführen, dann kannst du dir vorstellen, das ist wie ein Wasserschild um dich herum. Oder Schild des Glaubens, dass du an dir glaubst, dass du ein Ja zu dir gesagt hast. Hast du sicher bist in dir, dass du gerecht bist mit dir, dass du dir selbst ertraust. Genau. Und Angriffe werden wir immer bekommen. Also das wird niemals irgendwo weg bleiben. Wenn wir uns am Weg gehen, werden immer wieder Menschen auch da sein, die uns am Weg nicht verstehen und vielleicht uns auch mit feuerigen Pfeile verschießen. Im Facebook oder in Instagram. Vorher, wo deine Quelle leer war, haben dich diese Angriffe immer so richtig verbrannt. Die haben so richtig wehgetan. Wenn irgendwo jemand, die sich beschuldigt hat, falsch beschuldigt hat zum Beispiel, dann hat sich das innerlich verbrannt. Aber wenn du so richtig voll überfließt, die feurigen Pfeile kommen, aber das Wasser löscht sie aus. Die Pfeile gehen zwar hindurch, aber wie du siehst, du kennst diese Angriffe, aber sie verbrennen dich nicht mehr. Du beobachtest nur. Und das macht dich nicht immer wieder klein oder runter, sondern du bleibst in deinem Saft, in deiner Stärke eigentlich in dem Moment stehen. Es ist extrem wichtig, weil diese Pfeile dafür stehen, dass du Kritik bekommen wirst. Wenn du andere Preise hast als andere, die was Ähnliches tun, als du, wenn wirst du Kritik haben, du wirst beurteilt oder du wirst noch schlimmer verurteilt. Oder es kann sein, dass du Desinteresse erlebst von anderen. Also du gibst dein ganzes Herz, also das Gefühl und dann springen die Menschen noch nicht so schnell in dein zurück hinein, wie du dir wünschst. Und es kann auch sein, dass du Gegenwind hast, dass die Hälfte der Menschen total begeistert ist von deinem neuen Angebot und die andere Hälfte deiner Community. Denn irgendwie du bist abgetrifftet oder für dich ist nur das Geld wichtig oder also irgendwelchen Gegenwind bekommst du. Und es ist extrem wichtig. Die meisten wollen entweder einen dicke Maul her und sichern und sie sagen, dass es für mich alles egal ist. Und sie versuchen, diese pfeudige Pfeile einfach weg rationalisieren. Und also dieser dicke Maul her und sich herum macht es ein bisschen gefühlschlos. Und das möchten wir nicht für euch. Dass ihr eine Maul her, dass ihr ein Schutzschild aufbauen sollt. Und wir möchten auch nicht, dass ihr das einfach wegargumentiert. Das ist ganz normal ist. Es ist nicht ganz normal, dass wir angegriffen werden. Wir werden angegriffen, aber das muss nicht ganz normal sein. Und wenn du diese vier Sehnsüchter für dich wirklich in Anspruch nimmst, also du dir gibst diese vier Sehnsüchter, dann wirst du sehen, dass diese Pfeile kommen, aber die werden dir nicht mehr wehtun. Und das ist die größte Freiheit und die größte Lebensfreude, die du in deinem Business erleben wirst. Das ist einfach gigantisch, wie dir diese Sachen nichts mehr ausmachen. Du wirst sogar so weit kommen, dass du deine Freunde oder Feinde so richtig segnen kannst, für sie betest und sie dadurch sogar lieben wirst, weil sie wissen oft nicht, was sie tun. Aber das geht nur wirklich aus dieser gefühlten Quelle heraus. Und da ist es immer wieder wichtig, dass du auch wieder merkst, wenn deine Quelle sich gerade wieder ein bisschen versiegt. Das wird immer wieder passieren, dass wir uns wieder verausgaben. Das wird immer nur für die anderen auf einmal wieder da sind und fahren wir jetzt das Level innen wieder runter. Uns geht es gerade auch nicht so gut und dann fragt sich, was ist jetzt eigentlich los mit mir. Und da ist es wichtig, in dem Moment wieder in deinem Wert wieder zurückzukehren zu deinen Sehnsüchtern. So ist das. Und praktisch gibt es drei Möglichkeiten. Drei Lebensbereiche. Das ist ganz wichtig, wie du das jetzt praktisch umsetzen kannst. Und der erste Lebensbereich ist der Bereich deiner Gedanken. Das heißt, du nimmst deine erste zwei Sehnsüchte und du schaust, wenn ich diese Gedanken denke, dann schätze ich mich wert oder dann nehme ich mich ernst oder dann bin ich mit mir gerecht oder bin ich mit mir in mir sicher oder vertraue ich mir, wenn ich diese Gedanken denke. Und wir sehen, es gibt Gedanken, die dir Energie geben, die passen total zu dir. Und es gibt Gedanken, die dir die Energie, die du kaum hast, auch noch rauben. Was sind diese Gedanken? Zum Beispiel, wenn du dich disqualifizierst, wenn du denkst, ich bin nicht gut genug oder ich kann meine den Erwartungen meiner Kunden vielleicht nicht entsprechen. Oder wenn du dich disqualifizierst, weil du denkst, meine Energie ist jetzt so down, dass kein Mensch sich für mich entscheidet und die Kunden, die ich habe, könnte entscheiden, sich jetzt gerade für andere, weil ich jetzt so schlecht drauf bin. Und da können wir einige Beispieler erzählen. Diese Gedanken, auch wenn du schlechte Gedanken hast, auch wenn du in einer schlechten Fassung bist oder Fassung bist, auch wenn du keine Energie hast, auch wenn du vielleicht nicht gesund bist und wenn du erkältet bist und eigentlich am liebsten nur auf der Kauß rein möchtest. Auch dann ist es extrem wichtig, dass du nicht denkst, das ist eine Hindernung, damit die Kunden zu dir kommen können. Und wir hatten einen Vortrag gehabt. Das war die Vorstellung von unserem ersten Buch. Auch dem Weg dorthin haben wir uns wirklich gezockt. Das war nicht schön. Es war schön, dass wir in einem Auto waren, du hattest keine, die hat das mitgekriegt. Außer wir beiden. Und am liebsten hätten wir diesen Vortrag abgesagt. Am liebsten hätten wir gesagt, ihr könnt euch jetzt eh nichts geben. Wir haben jetzt wirklich richtig uns gestritten. So schlechte Energie. Und wir sind wirklich schlecht drauf und ich könnte meinen Mann und er könnte mich auch. Und dann kamen wir da an und dann haben die Menschen uns mit einer Liebe aufgenommen und sie waren so neugierig darauf, was wir zu sagen haben. Und wir haben dann einfach unser Vortrag gemacht und in der Mitte haben wir uns wieder in einen der verliebt und am Ende war wieder alles okay. Und wir haben das Thema nicht einmal angesprochen, was uns so sehr genervt hat an dem anderen. Und das hat uns aus dieser Denkweise total rausgeführt, dass wir gut drauf sein müssen, dass wir diese Ursache Wirkung, was die Welt dir immer beibringt. Wenn du gut sammeln siehst, dann wirst du auch gutes ernten. Aber wir sind Menschen, wir sind keine Roboter. Und das heißt, dass wir bestimmte Situationen haben, wo wir keine gute Sammeln haben, wo wir keine gute Gedanken haben. Aber unser Schöpfer hat uns hier mit einem Purpose, mit einem Sinn geschickt. Das heißt, dass unsere Berufung auch dann wirkt, wenn wir das Gefühl haben, also ich habe jetzt gar keinen Glauben in mir oder in der ganzen Welt oder ich bin jetzt richtig schlecht drauf. Und das ist extrem wichtig, dass du darauf vertraust, dass deine Berufung in dir, in die Wiege gelegt worden ist und das wirkt immer. Genau, also am Anfang wichtig diese Gedanken, hab Gedanken über dich, die die Aufbauung stärken, ermutigen und die dir so richtig Kraft geben. Ich sage dazu noch ein Beispiel, du kannst zum Beispiel sagen, ich ziehe immer die Kunden an. Also auch in Bezember zu Weihnachten, auch im Januar. Auch in den Sonderferien. Ja, in den Ferien machen wir manchmal 30, 40.000 Euro Umsätze, weil wir gesagt haben, nee, wir wollen nicht mehr denken, dass Bezember, Januar schlechter Monate sind. Oder wenn wir in Urlaub sind, dann kommt keiner auf uns zu. Also wir wollen das einfach nicht mehr denken, sondern wir denken einfach, wie sie immer Kunden sind. Oder die Kunden finden uns immer auch, wenn wir kein Marketing machen. Die finden uns immer, weil wir für bestimmte Menschen berufen sind und wir ziehen sie natürlich an. Genau, das ist wirklich etwas, was wir haben jetzt wieder für heute an Erstgespräch. Ah, das habe ich vergessen, okay. Hab ich? Haben. Haben. Und das wurde irgendwie gebucht und wir haben jetzt schon drei verschiedene Buchungen über dieses Kanal, wo wir nicht mehr wissen, wo die Leute das finden. Wo die Leute das Link finden, das haben wir eigentlich nicht mehr. Also deine Gedanken, das Zweite sind die Finanz? Ganz, ganz wichtiges Thema. Das heißt, wie wir mit Finanzen umgehen, im Bezug auf uns. So. So werden unsere Kunden mit uns auch umziehen. Du kannst immer wieder sagen, die Finanzen sind eine Form von Wertschätzung. Alles, was du wertschätzt, dorthin lässt du deine Finanzen fließen. Das heißt, wenn du jemanden wertschätzt oder wenn du etwas wertschätzt, dorthin öffnest du gerne in diese Richtung deinem Portemonnaie. Und es ist extrem wichtig, dass du beginnst mit dir großzügig zu sein. Und wo du merkst, dass du geizig bist mit dir. Wirklich geizig oder wo du total sparsam bist mit dir. Das ist wichtig, dass du eine bewusste Entscheidung triffst und sagst, okay, ich möchte diesen Fluch brechen. Ich möchte nicht geizig sein mit mir. Ich möchte nicht zu sparsam sein mit mir. Und ich möchte nicht überall meine Finanzen fließen lassen, nur nicht zu mir. Und wir haben einige Mamas, die haben drei oder vier Kinder in unseren Coachings. Und wir haben einigen Mal, wo wir gesehen haben, dass sie geizig sind mit sich selbst, dass sie immer alles den Kindern geben. Oder es gibt unter Selbstständigkeit reinbuttern, aber nicht in sich, was ihnen wirklich gut tun würde. Mal eine Massage oder mal gutes Essen oder ins Restaurant zu gehen. Also was der Seele auch gut tut. Schöne Kleidung kaufen. Ja. Und dann haben wir solche Aufgaben ihnen gegeben. Also eine Mama, die zum Beispiel vier Kinder hat und sie hat nie für sich selbst geil in Anspruch genommen. Wir haben gesagt, bitte jetzt 100 Euro für dich in Anspruch nehmen. Fünf Tage lang, jeden Tag 20 Euro nur für dich ausgeben. Und sie hatte Horror Träume gehabt, sie hatte geschwitzt und sie hatte richtig große Probleme gehabt, Finanzen in sich zu investieren. Und also diese Woche gemacht haben, nur weil ihr ihr gesagt habt, also sie fühlte sich nicht wohl dabei. Aber dann war wirklich dieser Fluch des Geizens, oder der Geiz, gebrochen. Und danach hat sie Geschenke bekommen. Hat sie wirklich, zum Beispiel, ihr Auto ist kaputt gegangen und sie hat von jemandem ein Auto zur Verfügung gestellt bekommen. Also danach hat sie einen Finanzfluss erlebt, was sie dafür nie erlebt hat. Auch nicht, als sie dafür hart gearbeitet hat oder dafür gekämpft hat. Also merken dir immer wieder, sei wertschätzend im Bezug auf Geld mit dir. Wenn du anderen zu anderen fließen lässt, dann ist es gerecht, wenn du das auch zu dir fließen lässt. Also da gibt es auch mit einem Beispiel von uns, unser erstes Mal, wo wir 1000 Euro verdient haben, da hatten wir einige Rechnungen noch offen. Und trotzdem haben wir gesagt, nein, jetzt von dieser 1000 Euro gehen wir in Urlaub. Das war unser erstes größerer Urlaub, wo wir gemacht haben. Quatschen Urlaub. Und das war wunderschön. Und das war anschließend sowas von gesegnet. So viele Kunden kamen anschließend auf uns zu. Das war wirklich ein Durchbruch für uns, dass die Finanzen auch in unsere Firma hineinkamen und in unseren Geschäft hineinkamen, zu uns kamen. Aber wir haben zuerst für uns die Finanzen genommen. Weil ohne uns läuft das Geschäft nicht. Wir sind die wichtigsten im Geschäft. Ohne dich kannst du dein Leben nicht leben. Deswegen ist es so wichtig, auch da zu lernen, dich selbst auf erster Stelle zu stellen. Aber wenn es dir gut geht, dann wird es automatisch auch deine Kinder besser gehen und deinen Partner besser gehen und deine Kunden besser gehen. Deswegen auch wenn die Finanzen reinkommen, schau das auch gleich am Anfang etwas für dich nimmst und nicht schaust. Schau mal was am Ende vom Monat übrig bleibt. Ganz wichtig. Weil dann ist sehr oft auf einmal nichts mehr da. Und okay, wir haben bemerkt, dass wenn wir von vornherein schon etwas rausnehmen für uns, ist am Ende sogar noch was übrig. Und du kannst mit kleinen Summen beginnen. Es gibt zum Beispiel eine Frau, die hat gesagt, ich möchte so gerne einfach mal 50 Euro im Monat für mich haben. Und dann ist das so, dass es nie am Ende des Monats diese 50 Euro für sie da geblieben ist. Und dann haben wir dir gesagt, du möchtest die 50 Euro haben, dann nimm das wirklich gleich am Anfang für dich in Anspruch, nimm das einfach raus aus dem anderen, aus dem Pott. Und was interessant ist, dass sie danach nicht nur diese 50 Euro in sich investieren konnte, sondern am Ende des Monats ist da noch was übrig geblieben. Und das ist das, wenn du dich in Bezug auf die Finanzen wirklich auf den ersten Platz stellst, das darfst du machen. Und auch da gehört natürlich so etwas, was ihr jetzt macht, ein Kursbuchen, wo wirklich ihr von innen heraus so richtig gekräftigt wird. Also wir haben schon so viel ausgegeben an Kurscoachings und so weiter. Und das hat uns immer wieder geholfen, sogar auch da, zwar unser größtes Coaching, wo wir gelernt haben, so möchten wir es nicht machen. Aber wir haben es immer gesehen, es ist eine Investition in uns, und wir haben das dadurch auch lernen dürfen und sind dankbar dafür, für jeder Zeit, wo wir die Finanzen in uns investiert haben. Und manchmal Kosten sind auch Investitionen. Zum Beispiel die Miete, die wir hier zahlen für dieses wunderschöne Haus, auch in dieser wunderschöne Lage, natürlich sind das Kosten für uns. Aber wir überweisen diese Miete nicht so als, so, okay, Kosten und davon hätten wir schon ein Haus abzahlen können und so weiter und so fort. Sondern wir überweisen das mit einer Dankbarkeit, dass diese Miete eine Investition in uns ist, in unsere Selbstständigkeit ist, in unser Leben, weil so zu leben wie wir leben, das ist erst ein Privileg, das ist ein großes Geschenk. Und wir sind dankbar dafür, dass wir auf diesem Ort und in diesem Haus einfach leben dürfen. Genau. Jetzt der nächste Punkt ist das Thema unserer Handlungen. Ja, davon haben wir jetzt auch schon bestimmte Sachen gesagt mit Urlaub machen oder Schau einfach in deinen Handlungen. Wo ist bei dir der Engpass? Also, wo ist der Punkt, wenn du den veränderst, dann verändert sich extrem viel. Das ist wie ein Stein, was du ins Wasser wirfst und dann entstehen ganz größe Kreise im Wasser. Das heißt, aber der Stein ist nur auf einem Punkt, das Wasser erreicht und trotzdem hohe Wellen entstehen durch diesen einen Punkt. Und da ist es ganz wichtig, ist das jetzt zum Beispiel, dass du Urlaub brauchst, weil du total am Ende deiner Kraft bist. Oder ist das zum Beispiel Nahrungsergänzung oder ein Heilpraktiker oder ein Osteopath oder jemand, der deinen Rücken einrenken kann oder was auch immer, weil du Schmerzen hast. Also welcher Punkt ist der Punkt in deinen Handlungen, was wenn du das berührst, dass dadurch wirklich große Auswirkungen entstehen können. Und gibt dir wirklich, schätze dich so sehr wert, dass du sagst, okay, das ist ein Engpass in meinem Leben, da habe ich mich um mich nicht gekümmert oder vielleicht ist es Sport oder was auch immer. Oder einfach mal gutes Wasser zu trinken oder ich habe jetzt einfach so Ideen, was man alles machen kann für sich selbst. Und da einfach wirklich mal eine Woche nix zu tun, vielleicht auch kein Urlaub, aber wirklich eine Woche nix zu tun, nur ein Buch zu haben und das zu lesen. Also was ist das, was dir jetzt wirklich gut tun würde? Und beginne das wirklich für dich zu machen. Also es geht nicht nur darum, dass wir nur sagen, ich schätze mich wert, sondern dass wir beginnen, wertschätzend mit uns auch umzugehen. Also dass wir nicht nur, ah, ich glaube, ich bin wertvoll, sondern glaube, ohne Handlung ist tot. Das heißt, wenn wir nicht beginnen danach zu handeln, was wir beginnen zu denken und zu sprechen, dann sind das nur leere Worte. Und deshalb haben keine große Auswirkungen. Und deshalb ist es so wichtig, wenn jemand zum Beispiel krank ist, dass du beginnst so zu handeln, als ob du schon gesund wärst. Und da schaust du, wo drückt bei dir der Schuh und dann beginnst du in diesem einen Punkt, also nimm dir nur eine Sache vor. Genau. Und das ist auch immer wieder so wichtig, dass wir zwar unsere gute Gedanke haben und wissen, wir müssten Finanzien uns investieren, aber wenn wir es nicht tun, wenn wir die Handlungen nicht danach gehen, dann sind wir trotzdem auch nach außen nicht das richtige Beispiel. Und gerade oft wollen wir für unsere Kinder, dass sie sich mehr wertschätzen, dass sie lernen, sich mehr zu lieben, dass sie sich selbst so richtig annehmen können. Und wir können das noch so oft sagen und noch so oft mitteilen, aber nachher machen sie trotzdem das, was du vorlebst. Deswegen sind die Handlungen auch so wichtig, weil wenn die Kinder sehen, hey meine Mama, mein Vater, die gehen auch wirklich wertschätzen mit sich um, dann ist das etwas, wo sie auch sehen können und sagen, hey, und das ist wirklich attraktiv, das möchte ich auch lernen. Aber wenn sie eben nur hören, wir sollen wertschätzen miteinander umgehen, aber sie sehen, du bist immer nur der Letzte am Rat und in der Reihe, das schäst dich immer wieder hinten an. Anstatt auch mal vorne anzustellen, dann werden sie das trotzdem so übernehmen. Deswegen, die Handlungen, es sind wirklich das, wo wir diese Ausstrahlung auch nach außen haben und die sagen, hey, so möchte ich auch mein Leben leben. Das ist für mich attraktiv, das ist für mich so richtig angenehm. So ist das. Und jetzt wünschen wir dir einfach eine tolle Zeit mit dem Aufhören von deinem gigantischen Quelle. Feiere dich, feiere dich ab. Feiere diesen Tag, wo du Ja zu dir sagst. Und wir freuen uns total auf Feedback, in welchen Bereichen du schon richtig gute Umsetzungsschritte machen konntest, in Gedanken, Finanzen oder in deinen Handlungen und natürlich auch auf deine Fragen. Genau, auf die alle beste Zeit, bis zum nächsten Mal und genießt euch. Bis bald. Tschüss.