



2020

ist mein Jahr

*Selbstverantwortung,
der Schlüssel in
meine Freiheit & Schöpferkraft*

Name

Datum

Und bevor wir gemeinsam deine Reise starten,
sprich mehrmals laut:

„Ich kann das!

Ich schaff das!

Das Leben liebt mich!“

Tom Peter Rietdorf

Workbook 1 - Beginn

*„Nimm dein Leben in deine Hände,
denn nur da gehört es hin!“*

Tom Peter Rietdorf

Erstmals Danke an dich, dass du dich für dieses Programm entschieden hast.

Danke, dass du dich entschieden hast etwas in deinem Leben zu verändern.

Das war der erste wichtige Schritt in dein neues gesundes & erfüllendes Leben.

Wenn du dich noch nicht entschieden hast, dann mache es JETZT.

Entscheide dich einfach, auch wenn du nicht die nötigen Ressourcen hast, oder weißt wie!

Das WIE ist nicht deine Aufgabe!

Deine Aufgabe ist es zu wissen was du möchtest!

Was will ich wirklich, wirklich?

Was MÖCHTE ich wirklich in meinem Leben SEIN, haben, erleben?

Was davon möchte ich im Jahr 2020 umsetzen und erreichen?

In diesem Workbook geht es also darum:

1) Wo willst du hin?

2) Von wo aus startest du?

Nimm also dein Leben wieder selbst in die Hand, werde wieder der Kapitän deines Lebensschiffes.

Und was macht ein Verantwortungsvoller Kapitän?

Er schaut, ok da wollen wir hin, und das ist unser Startpunkt, unser derzeitige Hafen.

-> Lass uns eine grobe Route machen und uns dann vom Fluss des Lebens tragen.

Das coole aber ist, man muss im Leben diese genaue Route nicht selbst machen, das genaue **WIE** ist die **Aufgabe vom Universum**. -> Verplane dich also nicht!

Weiß einfach, der Verstand ist begrenzt und abhängig von der Vergangenheit.

Das Universum, die kosmische Intelligenz ist aber unendlich, nicht an die Zeit gebunden und kann somit den Besten und schnellsten Weg für dich berechnen, ganz gleich wie beim Navi im Auto.

→ Damit wir mit einem weiteren Beispiel dieses Bild noch klarer für dich machen!

Ich liebe diese Beispiel,

es ist so ein genialer Vergleich wie das Leben funktioniert:



Beispiel: Auto – Navi:

Was brauchst du?

Was ist deine Aufgabe wenn du das Navi/Leben bedienst?

Genau du musst einen **Startpunkt** und ein **Ziel festlegen** wo du hinmöchtest.

→ Und dann klickst du auf **Route berechnen!**

Dann berechnet das Navi, welches oft noch mit dem Internet verbunden ist, die schnellste Route.

= dann berechnet das Universum, verbunden mit der unendlichen Intelligenz die schnellste Route zu deinem: „Was will ich wirklich, wirklich?“

Und wenn es wo Baustellen, Unfälle gibt, weiß das Navi(Internet) das und macht automatisch eine Route darum.

So weiß auch das Universum all diese Baustellen und führt dich herum. Und so sagt dein Herz, deine Intuition -> biege hier links ab, fahre zur Tankstelle, tanke deine Energie auf, finde Ruhe, jetzt kommt dann eine lange Strecke wo nichts zum Tanken kommt,...

Oder wenn wir uns verfahren, kommt:

„Bitte wenden, Bitte wenden.“ das wird dann oft ignoriert, deine innere Stimme wird ignoriert.

Bis das Navi sagt, ok, der dreht nicht um, dann berechnen wir eben eine neue schnellste Route. Dann findet das Universum eben den neuen schnellsten Weg. Hier sind die neuen Anweisungen!

Wird das auch noch oft ignoriert, dann frage dich mal:

Wie oft ignorierst du deine innere Stimme, wenn sie am Anfang noch sanft zu dir spricht?

Wie oft ignorierst du die sanften Warnungen deines Inneren bis du in eine schmerzhafteste Sackgasse/Unfall/Stau/... fährst?

Und so kannst du dich auch noch spielen, wie beim Navi. Möchte ich es abenteuerlich, dann fahre ich nur Landstraßen, welche Zwischenstopps möchte ich haben usw.

Aber eben **ganze Wichtig:**

DU brauchst einen Startpunkt und ein Ziel!

Und wo hier die meisten Menschen den **Fehler** machen, sie **STARTEN NICHT!**

Du musst einen Gang einlegen und losfahren!

Es bringt dir überhaupt nichts, wenn du die perfekten Pläne hast, du deine Zukunft super ausmalst, dein Vision Bord auf dem Rücksitz liegt,... wenn du nicht losfährst!

„Wenn du dich nicht bewegst,
bewegt sich nichts!“

Tom Peter Rietdorf



Abschluss Workbook 1

Wenn du dir diese Fragen alle ehrlich beantwortet hast, du weißt wo du hin möchtest und wo du startest, dann können wir im weiteren Programm ein stabiles Fundament bauen, wo du dich und das Leben mehr verstehen lernen wirst und wir Schritt für Schritt die Veränderungen mit Liebe, Freude und Leichtigkeit einleiten werden ☺

Ich freue mich schon darauf dich aufblühen zu sehen :)

Dein

René Samuel Hillbrand

Wichtige Worte zum Schluss!

Lass dir für diesen Prozess ruhig Zeit!

Überstütze nichts und habe **Geduld mit dir**.

Bleibende stabile Veränderungen sind ein **Marathon** und **kein Sprint**.

Wer sprintet baut ein Haus ohne Fundament, was früher oder später wie ein Kartenhaus zusammenbrechen wird.

Erlaube dir geduldig zu sein.

Erlaube dir die Veränderung sanft zu machen.

Erlaube dir, dass es leicht und einfach ist.

Erlaube dir dabei immer gelassen und entspannt zu bleiben.

Erlaube dir dich vom Fluss des Lebens tragen zu lassen in einem ganz natürlichen Tempo.

Erlaube dir wieder **GESUND** zu **SEIN**!

Erlaube dir wieder zu **TRÄUMEN**!