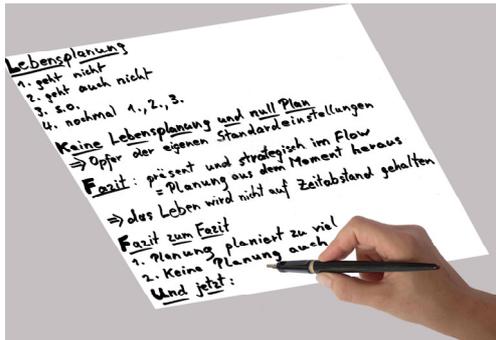


# 8/12 Mit Ute Lauterbach durchs Glücksjahr 2016

2016 als Jahr, um sich neu zu entdecken. In 12 Monaten 12 Kompetenzen des Menschen genauer unter die Lupe nehmen und sie zur Persönlichkeitsentfaltung in den bestmöglichen Vorwärtsgang lenken.

Ein Jahr um das Drehbuch für ein glückliches Leben zu schreiben! Und dann die Erkenntnisse leben! Wie? Tasten Sie sich an Ihr Glück heran:

1. Durch Visionsfragen
2. Indem Sie Warnsignale - also **Indikator-Befindlichkeiten** - erkennen und
3. diese durch Selbsterkundungsfragen dann gemäß Ihren Antworten in Handlungskonsequenzen münden lassen und einen Monat lang weiterfragen, weiterspüren und neu handeln



## PLANER ⇒ Eigenbestimmung

Wer seinen Weg strategisch geschickt planen kann, wird nicht zum Opfer von Fremdbestimmung.

Also nicht Opfer, sondern Täter – im Sinne einer tätigen Eigenbestimmtheit. Also entweder Ohnmacht oder Macht. Je klarer die eigenen Vorstellungen, umso gefeierter sind wir gegen Erwartungsdruck. Jede Ohnmacht, jeder Druck signalisiert, dass PLANER weder ausreichend Vorstellung noch Plan hat.

### 1. Visionsfragen

- Was ist meine Vorstellung und Vision von einem frohen und erfüllten Leben?
- Was erwarte ich vom Leben?
- Könnte ich diese Erwartungen optimieren? Wie genau?

### 2. Selbsterkundungsfragen zu den Warnsignalen: Ohnmacht und Fremdbestimmung

Immer wenn wir uns fremdbestimmt fühlen, wurden unsere Vorstellungen durchkreuzt. Ohnmacht ist Planlosigkeit. Deshalb folgende Fragen:

- Wann erlebe ich Fremdbestimmung?
- Mit welchem Plan kann ich sie aus den Angeln heben?
- Jedes Mal wenn ich mich als Opfer fühle, werde ich zur Selbstbestimmung aufgerufen. Was kann ich tun?

### 3. Handle!

Und jetzt einen ganzen Monat lang eigenbestimmt nach eigenen Vorstellungen neue Pläne umsetzen und sich dadurch freier fühlen.

Zum Beispiel: Sich bei Druckgefühlen fragen: Wem gebe ich die Macht? Wie lasse ich das?

### Weil Fremdbestimmung alles eng und unfrei macht,

lohnt es sich, die psycho-energetische Dynamik, die sich hinter PLANER verbirgt, tiefer zu verstehen. Sie wollen das? Und Sie wollen sich mehr lieben? Gehen Sie mit Ute Lauterbach und ihrem neusten Buch **Wer sich liebt, umarmt die Welt** auf Entdeckungsreise und bergen Sie noch mehr und leichter die Schätze in Ihrer Seele. Lesen Sie mehr zu dieser Kompetenz ab Seite 120. Werden Sie leidenschaftlicher Regisseur und begeisterte Drehbuchautorin Ihres Glücks! Beantworten Sie die Monatsfragen und finden Sie immer wieder neu heraus:

- ⇒ Wie sieht es in mir wirklich aus?
- ⇒ Was brauche ich mehr als alles andere?

