

# 11/12 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



## **SPINNER** ⇒ **Befreiungsvermögen**

Wer nie ausbricht, hat nie frei. Die Frage ist nur, ob wir ins Lichte, ins gut Verrückte ausbrechen oder ob das unsere Nerven im Zusammenbruch für uns übernehmen. Wie der Name SPINNER nahelegt, tanzt SPINNER aus der Reihe, hat völlig neue Blickwinkel, ist deshalb auch Reformier. SPINNER ist der Clown in uns. Er liebt die Freiheit, das Neue und die Freizeit.

### 1. Visionsfragen

- Wie sieht meine ganz große Freiheit aus?
- Welche kleinen und großen Auf- und Ausbrüche sind fällig?

### 2. Selbsterkundungsfragen zu den Warnsignalen: Stress und Unfälle

Immer wenn wir Stress haben, braucht SPINNER mehr Luft. Deshalb folgende Fragen:

- Wann erlebe ich Stress?
- Zu welchen Befreiungsschritten ruft er mich auf?
- Wie sehen die konkreten Handlungsschritte aus?

### 3. Handle!

Und jetzt einen ganzen Monat lang die Handlungskonsequenzen umsetzen und sich dem Thema „Freizeit“ und Befreiung widmen.

Zum Beispiel: Schaffe Freizeitinseln und Sorge für positive Überraschungen.

Mehr Quatsch machen und sich dadurch neu fühlen!

### **Je freier wir sind, umso lachbereiter sind wir.**

Deshalb lohnt es sich die psycho-energetische Dynamik, die sich hinter SPINNER 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 151. 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?

