

Selbstfindung für Fortgeschrittene

#schmetterlings frequenz

N° 6

UNSERE BEZIEHUNG
ZU GELD

WAS KOSTEN
SELBSTVER-
WIRKLICHUNG
UND EIN GUTES
LEBEN?

WAS IST GENUG?

MUT ZUR
LEICHTIGKEIT -
KONGRESS

Reden wir
über
Geld

Das Magazin für Mutige



INHALT

EDITORIAL

Geld ist immer und überall

SCHWERPUNKT

Unsere Beziehung zu Geld

GUT ZU WISSEN

Was kostet Selbstverwirklichung?

HIMMELWÄRTS

Ein gutes Leben

INSPIRATION

Buchclub: Der Salzpfad – Lesetipp

WECHSEL-PERSPEKTIVE

Im Namen der Bequemlichkeit
(Kolumne)

GLOSSAR

Was ist eigentlich genug?

SEHEN, LESEN, HÖREN

Handverlesene Impulse aus der
Redaktion – damit es leichter geht.
Plus: Termine

VORSCHAU

Was dich in Heft 7 erwartet

EINBLICK DER HERAUSGEBERIN



Gabriele Feile

GELD IST IMMER UND ÜBERALL

Lieber Schmetterling,

58 Mal.

So oft kommt der Begriff „Geld“ in meinem Buch vor, auf manchen Seiten mehrfach.

Das hat mich im ersten Moment überrascht. Doch eigentlich ist es logisch: **Geld regiert die Welt.** Ohne Geld scheint nichts zu gehen im Leben.

Welchen Abschnitt ich letztendlich ausgewählt habe, das entdeckst du **auf der Seite HIMMELWÄRTS.**

Ich bin etwas aufgeregt. Denn zum ersten Mal bin ich Sprecherin bei einem **Online-Kongress. „Mut zur Leichtigkeit“** lautet das Motto. Und was passt dazu besser als die Schmetterlingsfrequenz?

Details zur **kostenfreien Anmeldung** gibt's auf der Seite SEHEN, LESEN, HÖREN.

Und nun viel Vergnügen mit **Ausgabe No. 6** des Magazins #schmetterlingsfrequenz mit den Themen **Geld und Fülle.**

Deine

Gabriele



GELD – DIE WAHRE WELTSPRACHE, DIE WIR ALLE SPRECHEN

Fließend. So sprechen sie fast alle Menschen.

Die Sprache, die schon kleine Kinder beherrschen.

Es ist die Sprache, die Türen öffnet, Menschen bewegt und Katastrophen mildert.

Eine Sprache, die uns glauben lässt: Alles wird gut!

Mit dieser Sprache können wir die Welt zu einem besseren Ort machen – oder zum genauen Gegenteil.

Weißt du, von welcher Sprache ich spreche?

Es könnte die Sprache der Liebe sein. Das wäre wundervoll.

Doch die Rede ist von einer anderen Sprache.

Diese Sprache heißt: Geld.

Schaust, liest oder hörst du Nachrichten, dann stellst du sicher fest, dass über Geld immer und überall gesprochen wird.

Warum wir ungern über Geld sprechen – und warum das ein Problem ist

Auch wenn in der Öffentlichkeit ständig über Geld gesprochen wird, **im Privaten tun wir es nur ungern.**

Obwohl wir alle eine Beziehung zu Geld haben, ob wir wollen oder nicht.

Und der Status dieser Beziehung ist in den meisten Fällen: **kompliziert.**

- Geld zeigt der Welt, ob wir erfolgreich sind oder nicht.
- Geld ist für uns der Gradmesser für unseren Selbstwert.
- Mithilfe von Geld vergleichen wir uns mit anderen.
- Mehr Geld heißt für viele Menschen: mehr Leben!

Im Privatleben gibt es **nur wenige Menschen, die eine angespannte finanzielle Situation kaltlässt.**

Die meisten sind extrem verunsichert, wenn in ihren Augen nicht genug Geld verfügbar ist.

Was viele nicht wissen: **Geld ist niemals der Grund für ein Problem. Es ist immer ein Stellvertreter für etwas anderes.**

Wie Geld entstanden ist, warum es so viel Macht über uns erlangte und wie sich Geldprobleme vermeiden lassen, liest du in diesem Essay.





Foto: Gabriele Feile

WAS MEINE SELBSTWERDUNG GEKOSTET HAT

Was? Dafür gibst du Geld aus?

Diese Frage wurde mir häufig gestellt. **Nicht immer laut, oft stumm.** Dann schloss ich es aus den ungläubigen Blicken, die Menschen mir zuwarfen.

Immer dann, wenn ich erzählte, welche **Erfahrungen** ich bei meiner Selbstverwirklichung gerade wieder gemacht hatte. Um mir selbst und meiner Lebensaufgabe näherzukommen. Und damit die **Schmetterlingsfrequenz** zu entdecken. Auch, wenn ich von deren Existenz damals noch nichts wusste.

„Wenn die wüssten“, dachte ich oft, „wie viel Geld ich wirklich ausgegeben habe, dann hielten sie mich für völlig übergeschnappt!“

Deshalb erzähle ich es heute. Ich spreche aus, wie viel Geld ich für meine Selbstverwirklichung ausgegeben habe, um die zu sein, die ich JETZT bin:

1 Weltreise + 1 Mercedes

Warum habe ich das getan?

Ich war mir immer bewusst, dass die meisten Instrumente, Werkzeuge und Aktivitäten, die andere mir zur Verfügung stellten, **Geld kosteten.**

Ich fand stets einen Weg, sie zu finanzieren, selbst in den Zeiten, in denen ich nur wenig Einkommen hatte. Und ich hätte nie von den Menschen, die sie mir lieferten, erwartet, dass sie **kostenfrei für mich arbeiteten.**

Schließlich sind nicht andere für meine Selbstverwirklichung verantwortlich, sondern ich selbst.



Die ganze Rechnung für das Investment und die außergewöhnlich hohe Rendite kannst du hier nachvollziehen.

EIN GUTES LEBEN - OHNE VIEL GELD

Ich besuche **in Valencia** jede Woche viele unterschiedliche Museen und Läden, gehe in Kirchen und auf Festivals, entdecke kreative Cafés und Galerien, stöbere auf Märkten und nehme an Gratis-Freiluftkonzerten teil.

Kurzum, ich tue all das, was ich in Dubai nicht tun konnte. Meist ungeschminkt, in Jeans und in bequemen Schuhen – und **ohne sehr viel Geld zu brauchen**.

Am treffendsten beschreibt wohl der Begriff **Boheme** meine damalige Lebensweise. Ich bin also eine Bohemienne in Valencia.

Das Bedürfnis, die Stadt zu verlassen, habe ich nicht. **Zu abwechslungsreich ist das, was sie bietet, und zu frei fühle ich mich.**

Dieses Gefühl hole ich mir noch heute mental zurück, wenn mich meine Verpflichtungen und Routinen nerven.

Dabei frage ich mich: **Was kann ich tun, um in den Valencia-Modus zu kommen?**

Das Buch

***Schmetterlinge fallen nicht vom Himmel –
Wie ich den Sinn des Lebens suchte und meine
Lebensaufgabe fand***

ist im LebensGut Verlag erschienen.

Die **Autorin Gabriele Feile** verknüpft Selbst-Erlebtes mit den Geschichten anderer Menschen – und erzeugt eine Verbindung zu den Lesenden. Sie erkennen den Schmetterling in sich.

Das Buch bewegt und lässt kaum jemanden unberührt zurück.



[Zum Buch beim
LebensGut Verlag.](#)

HIMMELWÄRTS

Eines Sonntags bin ich mit ein paar anderen bei einer Weinprobe und gehe danach mit einem italienischen Mitstudenten im Stadtzentrum essen.

Meine Handtasche hänge ich über meine Stuhllehne unter meine Jacke. Als wir gehen wollen, **ist die Tasche verschwunden** inklusive Geldbeutel, Handy, Kamera, Notizbuch und Wohnungsschlüssel.

Mein Begleiter leiht mir 50 Euro und kommt mit mir zur Polizei, wo ein müder Beamter meine Anzeige aufnimmt – ohne große Hoffnung auszustrahlen.

Meine Panik verebbt nach kurzer Zeit, denn **alles lässt sich ersetzen**.

*Auszug aus „Schmetterlinge fallen nicht vom Himmel“,
Kapitel: Hinein in den Kokon*



Der Salzpfad von Raynor Winn

Oft geht es mir mit besonderen Büchern so: Sie kreuzen innerhalb kurzer Zeit mehrmals unverhofft meinen Weg und raunen mir zu: **Lies mich! Sofort!**

So auch geschehen mit dem Buch „**Der Salzpfad**“.

Gleich zweimal an einem Tag nahm ich das Buch wahr und stellte dann noch fest, dass die **Verfilmung** aktuell in den Kinos lief. Also holte ich mir das Buch in der Bücherei und war **von Seite 1 bis Seite 412** fasziniert und gefesselt von diesem außergewöhnlichen Reisebericht.

Worum geht es in „Der Salzpfad“?

Das Ehepaar Raynor und Moth lebt auf einer Farm in Wales. Durch eine Fehlinvestition und einen Gerichtsprozess **verlieren sie ihr Haus mit beinahe allem Hab und Gut**. Sie werden von einem Tag auf den anderen obdachlos und mittellos.

Moth, der Ehemann, leidet zudem an einer schweren Nervenkrankheit (CBD = kortikobalsale Degeneration), die ihm nicht nur Schmerzen bereitet, sondern ihn von Tag zu Tag mehr verfallen lässt. **Die Aussichten sind also alles andere als rosig.**

INSPIRATION

SCHMETTERLINGS- BUCHCLUB

So treffen sie im Jahr 2013 den Entschluss, trotz aller erwartbaren Widrigkeiten, den längsten und bekanntesten Küstenwanderweg Englands zu wandern: **den South West Coast Path** mit einer Länge von 1014 Kilometern und 35.000 Höhenmetern.

Sie nehmen das mit, was in zwei Rucksäcke passt und zelten jede Nacht wild – immer dort, wo sie gerade sind.

Das einzige Einkommen, das sie haben, sind **48 Britische Pfund (aktuell ca. 55 Euro) pro Woche** in Form einer Steuergutschrift für Menschen mit geringem Einkommen.

Das muss reichen für Nahrungsmittel, Medikamente, Handy und weitere, auch unvorhergesehene, Ausgaben.

Was die unglaubliche Geschichte
für dich bereithält, liest du in der
Buchbesprechung [hier](#).



Buchclub auf
der
Schmetterlings-
frequenz

KOLUMNE

WECHSEL-PERSPEKTIVE

Im Namen der Bequemlichkeit

Vor zwei Jahren las ich das Buch von Bill Bryson „**Eine kurze Geschichte der alltäglichen Dinge**“.

Der Autor lebt in einem alten Pfarrhaus in England.

Es stammt aus der viktorianischen Zeit und er erfährt, dass auf dem früheren Friedhof (jetzt der Garten) in etwa **20.000 Menschen begraben** wurden – im Laufe der Geschichte. So zu leben muss man mögen!

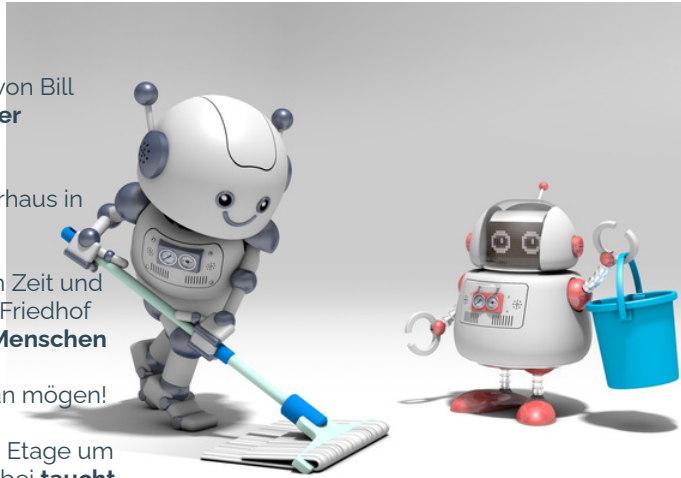
Jedenfalls stellt Bryson sein Haus Etage um Etage und Raum für Raum vor. Dabei **taucht er tief ein** in die Geschichte und in alte Pläne und Bilder.

Weil er gerne erklärt, erfahren wir beim Lesen, wie so alltägliche Dinge wie eine **Gabel mit ausgerechnet 4 Zinken** oder eine **Toilette mit Wasserspülung** entstanden sind.

Ein Buch voller Aha-Momente

Geblichen sind bei mir davon nur sehr wenige.

Eine Sache aber ist bis heute in meiner Erinnerung. Alle fortschrittlichen Entwicklungen und Erfindungen rund ums Haus hatten denselben Zweck: **es den Menschen möglichst bequem zu machen.**



Es ging um weniger Mühsal, **weniger körperliche Anstrengung und mehr Luxus** (für die, die es sich leisten konnten).

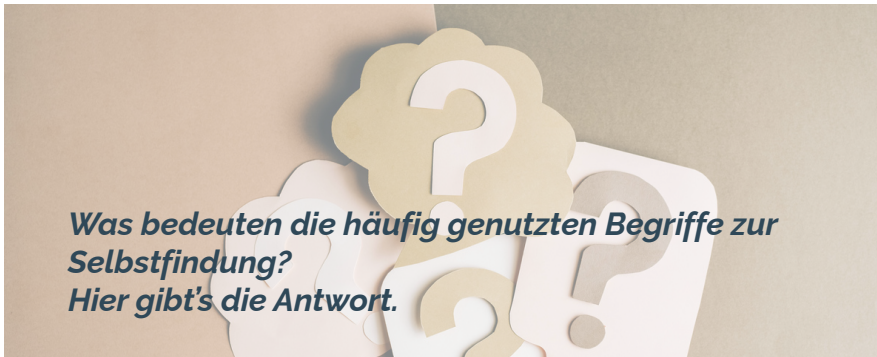
Damals nutzten die Errungenschaften hauptsächlich den Reichen. Ihre Bediensteten hatten auch was davon: Dank Wasserklosett **entfiel das Entleeren der Nachttöpfe** der Herrschaften und vieles andere.

Bis die „untere Schicht“ von diesen Erfindungen profitieren konnte, musste erst der **Kapitalismus** erfunden werden.

Und dennoch: Der Treiber für all diese Neuheiten war nicht Geld, sondern der Wunsch nach Bequemlichkeit.

*Ob ein Ende der Bequemlichkeit in
Sicht ist? Lies es hier nach.*





GENUG

„Genug“ bedeutet: **„ausreichend“** oder: **„so viel, wie benötigt wird“**.

Wenn etwas genug ist, heißt es, dass eine bestimmte Menge oder ein bestimmter Grad erreicht ist, der **für einen Zweck genügt**.

Mehr davon wird nicht gebraucht oder ist nicht gewollt. Etwas ist in **ausreichender Menge** oder in **ausreichendem Maße** vorhanden.

Genug kann auch bedeuten: **Eine Grenze ist erreicht**, die nicht überschritten werden soll.

Erlebnisse für deine Sinne

SEHEN, LESEN, HÖREN, FÜHLEN

Foto: Gabriele Feile

Unnachahmlich erzählt Modedesigner Guido Maria Kretschmer eine herzerwärmende Anekdote, in der eine Mutter ihren Kindern wahren Reichtum erklärt.

Mini-Video: Mama, wir sind reich!



FÜR DEINEN KALENDER

ab Freitag, 31. Oktober
Online-Kongress „Mut zur
Leichtigkeit“

Schmetterlings-Beitrag von
Gabriele Feile: 5. November
2025, ab 8 Uhr

Hier kannst du dich
kostenfrei zum Kongress
anmelden

Freitag, 14. November
13- 14:15 Uhr
Pause auf der
Schmetterlingsfrequenz
Thema: Bauchgefühl

Samstag, 29. November
Kauf-Nix-Tag

*Ich hab' kein Geld,
hab' keine Ahnung
Doch ich hab'n großes Maul.*

*Bin weder Doktor noch
Professor,
aber ich bin stinkend faul.*

*Ich habe keine reiche
Freundin
Und keinen reichen Freund.
Von viel Kohle hab' ich bisher
leider nur geträumt.*

TEXT: SEBASTIAN KRUMBIEGEL

Zum passenden Song von den
Prinzen geht's hier.



DIESE BÜCHER BERÜHRTEN MICH
TIEF BEI MEINER AUSEINANDER-
SETZUNG MIT GELD UND SEINEN
PROBLEMEN:

Haben oder Sein - **Erich Fromm**
Herrn Haiduks Laden der Wünsche -
Florian Beckerhoff
Der Salzpfad - **Raynor Winn**

Mut zur Leichtigkeit Kongress

Bist du bereit, endlich den inneren Kampf hinter dir zu lassen, um leicht und frei zu leben?



GABRIELE FEILE
im Gespräch mit
MARGITTA MANUELA TODT

kostenlos
Start am
31. Oktober 2025

VORSCHAU

In **Heft 7** der
#schmetterlingsfrequenz
wird sich alles um „Leben
und Sterben“ drehen.

Beides gehört zusammen.
Und dennoch hat der Tod
kaum Platz in unserer
Gesellschaft.

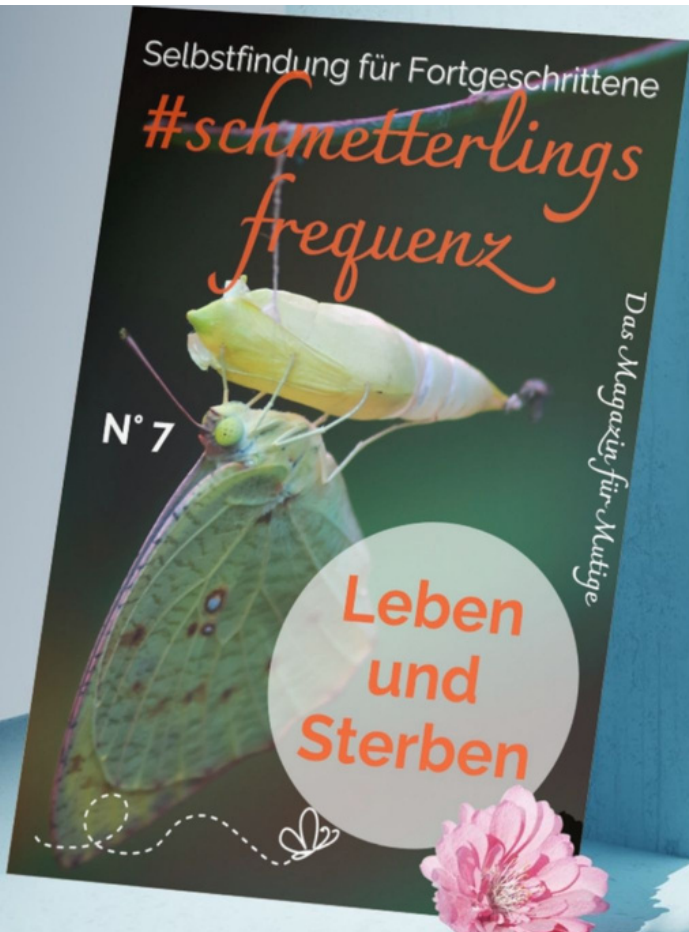
Wie kann sich das ändern?

Falls du noch kein Mitglied
bist, [klicke hier](#), um das zu
ändern.

Als Mitglied wirst du Teil
einer friedlichen Welt in
Balance.

Du stärkst dich selbst und
andere Menschen.

Und du unterstützt eine
relevante Mission.



IMPRESSUM

HERAUSGEBERIN & VERANTWORTLICH FÜR DEN INHALT

Gabriele Feile

CHEFREDAKTION

Gabriele Feile

KONTAKT ZUR REDAKTION

redaktion@schmetterlingsfrequenz.eu

DETAILLIERTES IMPRESSUM

schmetterlingsfrequenz.eu/impressum



Mit Herz und Liebe
für dich gestaltet.

#schmetterlingsfrequenz
Das Magazin für Mutige

Rechtlicher Hinweis:

Alle im Magazin
#schmetterlingsfrequenz
veröffentlichten Artikel und Fotos
sind urheberrechtlich geschützt.

Eine Verwendung außerhalb des
Magazins bedarf der schriftlichen
Zustimmung der Redaktion.

