01

📄 Copyright & Impressum

Titel: Das neue Geheimnis der Fülle –
Die 12 Schriftrollen für dein Jahr der Erweckung

Autor & Selbstverlag: Ricardo Kappel Veröffentlicht unter dem Label: 4-L – Leben • Lieben • Lernen • Lachen (Buchprojekte • Videoprojekte • Musikprojekte)
🌐 www.4-L.de

© 2025 Ricardo Kappel Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieses Werkes darf ohne schriftliche Genehmigung des Autors vervielfältigt, verbreitet oder öffentlich zugänglich gemacht werden – weder digital noch gedruckt – mit Ausnahme von Zitaten unter Angabe der Quelle.

Hinweis: Dieses Werk dient der persönlichen Inspiration und Bewusstseinsentwicklung. Es stellt keine medizinische, therapeutische oder heilkundliche Empfehlung dar und ersetzt keine professionelle Behandlung. Es werden keine Heilversprechen abgegeben.

📬 Impressum

Angaben gemäß § 5 TMG

Ricardo Kappel 4-L – Leben • Lieben • Lernen • Lachen Scheurener Straße 31
53572 Unkel Deutschland

Kontakt: 📞 +49 2224 98 98 98 214 📧 info@4-l.de

🖉 Redaktionell verantwortlich gemäß § 55 RStV:

Ricardo Kappel Scheurener Straße 31 53572 Unkel

Inhaltsverzeichnis

📄 Copyright & Impressum 1

🌟 Vorwort & Einführung 6

Schriftrolle 1 – Die Kraft der Entscheidung 14

Einleitung zum Prinzip 15

Der tägliche Lesetext (für 31 Tage – immer derselbe) 17

Tagesaffirmation 21

📜 Schriftrolle 2 – Die Geburt deiner neuen Identität 23

Schriftrolle 3 – Die Sprache der Schöpfung 28

✨ Einleitung zum Prinzip 30

🌟 Der tägliche Lesetext (für 31 Tage – immer derselbe) 32

💎 Tagesaffirmation: 35

„Ich spreche das, was mir dient. Meine Worte sind Frequenz. Meine Sprache ist schöpferisch.“ 35

Schriftrolle 4 – Emotion ist Energie in Bewegung 36

✨ Einleitung zum Prinzip 38

🌟 Der tägliche Lesetext (für 30/31 Tage – immer derselbe) 40

💎 Tagesaffirmation: 43

📜 Schriftrolle 5 – Die Magie des Gewohnheitswandels 45

✨ Einleitung zum Prinzip 47
🌟 Der tägliche Lesetext (für 31 Tage – immer derselbe) 49
💎 Tagesaffirmation: 52
📜 Schriftrolle 6 – Intuition & die Stimme der Seele 54
✨ Einleitung zum Prinzip 56
🌟 Der tägliche Lesetext (für 30/31 Tage – immer derselbe) 58
💎 Tagesaffirmation: 61
📜 Schriftrolle 7 – Der Körper als Tempel der Wahrheit 63
✨ Einleitung zum Prinzip 65
🌟 Der tägliche Lesetext (für 30/31 Tage – immer derselbe) 67
💎 Tagesaffirmation: 70
📜 Schriftrolle 8 – Liebe als universelle Frequenz 72
✨ Einleitung zum Prinzip 74
🌟 Der tägliche Lesetext (für 30/31 Tage – immer derselbe) 76
💎 Tagesaffirmation: 79
📜 Schriftrolle 9 – Die neue Beziehung zu Geld & Wert 81
✨ Einleitung zum Prinzip 83
🌟 Der tägliche Lesetext (für 30/31 Tage – immer derselbe) 85
💎 Tagesaffirmation: 89
📜 Schriftrolle 10 – Leben in Synchronizität 91
✨ Einleitung zum Prinzip 94
🌟 Der tägliche Lesetext (für 30/31 Tage – immer derselbe) 96
💎 Tagesaffirmation: 99

📜 Schriftrolle 11 – Tun im Einklang mit deiner Seelenaufgabe 101
✨ Einleitung zum Prinzip 103
🌟 Der tägliche Lesetext (für 30/31 Tage – immer derselbe) 105
💎 Tagesaffirmation: 108
📜 Schriftrolle 12 – Vollendung & Hingabe an das größere Ganze 111
✨ Einleitung zum Prinzip 113
🌟 Der tägliche Lesetext (für 30/31 Tage – immer derselbe) 116
💎 Tagesaffirmation: 119
🌌 Nachwort & Ausblick 121

02

🌟 Vorwort & Einführung

Dieses Buch ist kein Sachbuch. Keine wissenschaftliche Abhandlung. Und auch kein weiterer Versuch, dir zu erklären, wie du besser wirst.

Dieses Buch ist ein Feld. Ein Raum. Eine Einladung – dich selbst zu erinnern.

Die Inspiration zu diesem Format kam aus zwei Quellen, die unterschiedlicher nicht scheinen könnten – und doch auf magische Weise zusammengehören:

🌀 Og Mandino, dessen „Geheimnis des Erfolges“ mich schon 1982 tief berührt hat und gezeigt hat, wie Wiederholung im Herzen wirkt.

🌌 Dr. Joe Dispenza, dessen Forschungen zur Neuroplastizität und dem Quantenfeld bewiesen haben, dass Veränderung nicht nur möglich – sondern messbar real ist, wenn Geist, Herz und Handlung in Einklang kommen.

Diese 12 Schriftrollen sind aus vielen Erfahrungen geboren: eigene Prozesse, Schattenarbeit, Lichtblicke, Begegnungen. Sie verdanken sich auch vielen Lehrerinnen und Lehrern, Freunden, Weggefährten, die durch ein Wort, einen Blick oder ein gemeinsames Schweigen ihre Weisheit hinterlassen haben.



Euch allen – Danke.

💧 Warum tägliche Wiederholung wirkt

Veränderung geschieht nicht durch einmaliges Verstehen. Sie geschieht durch Verkörperung – und diese entsteht durch Wiederholung in Bewusstsein.

So wie ein einmal über einen Stein gegossener Eimer Wasser keine Spur hinterlässt, aber ein einzelner Tropfen, der immer wieder fällt, mit der Zeit eine Vertiefung formt – so wirkt auch deine tägliche Entscheidung, eine dieser Schriftrollen erneut zu lesen.

Es geht nicht um Wissen – es geht um Einsickern. Um Integration. Um Frequenzprägung.

Wenn du dir erlaubst, jeden Tag einen Text dreimal zu lesen, laut oder still, und ihn mit einem kleinen bewussten Tun zu verbinden – dann entsteht mit der Zeit das, was kein einmaliger Impuls bewirken kann: tiefe Transformation.

Nicht durch Gewalt – sondern durch sanfte Beharrlichkeit. Nicht durch Druck – sondern durch Hingabe an den Prozess.

💬 Erinnere dich:



Es geht nicht darum, es zu verstehen – sondern es zu werden.

✨ Was dich in diesem Buch erwartet

Dieses Werk enthält keine komplizierten Theorien, keine langen Erklärungen, keine akademischen Belege.

Stattdessen findest du hier:

- **12 essentielle Prinzipien** für ein neues Leben in Fülle
- Zu jedem Prinzip:
    - Eine kurze Einführung
    - Ein poetisch tiefgehender Text – als tägliche Seelennahrung
    - Eine Tagesaffirmation zur Verankerung
    - Ein visuelles Symbol zur energetischen Vertiefung



🖼️ Über die Bilder

Ein besonderer Teil dieses Werkes sind die Symbolbilder, die als energetische Träger wirken. Manche von ihnen enthalten ästhetisch-erotische Elemente, nicht im Sinne der Sexualisierung, sondern als klares Bekenntnis zur Ganzheit des Menschseins.

Diese Bilder ehren die Kraft der Polarität und das Gesetz des Geschlechts (Shiva & Shakti, Feuer & Wasser, Empfang & Ausdruck) als schöpferische Urkräfte in uns.



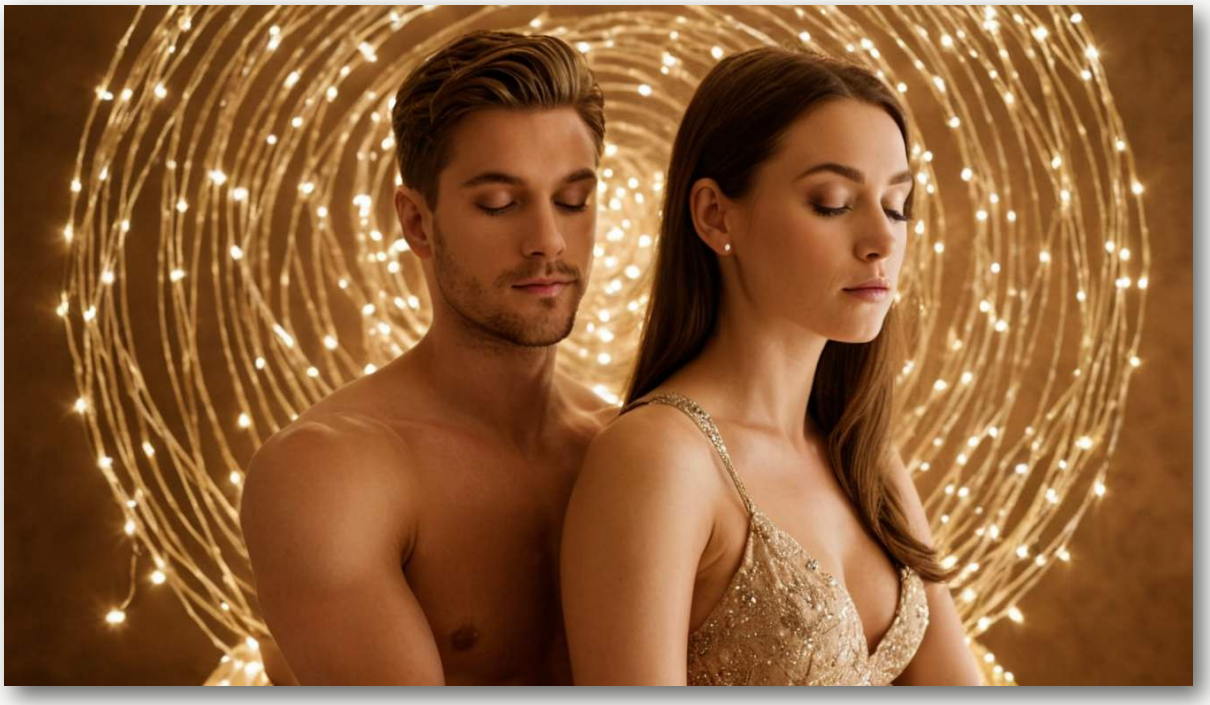
Sie laden dich ein, deinen Körper, dein Begehren und deine Sinnlichkeit nicht als Störung, sondern als spirituelle Brücke zu erleben.

Darin liegt eine tiefe Reinheit – eine Hingabe an das Leben selbst, das sich nicht nur im Licht, sondern auch in der Wärme verkörpert.



🕊 Anwendung & Wirkung

Wenn du dich entscheidest, jeden Tag einen Text zu lesen, laut auszusprechen, zu fühlen, vielleicht sogar mit deiner eigenen Stimme aufzunehmen – dann wird sich etwas verändern.



Nicht weil das Buch magisch ist – sondern weil du beginnst, dich in Einklang zu bringen.

Denn was du täglich denkst, fühlst, sprichst – wird zu dem, was dich formt. Und was dich formt, formt dein Leben.

⚠️ Hinweis

Dies ist kein Heilversprechen. Keine medizinische Anleitung. Und ersetzt keine Therapie.

Was dieses Buch jedoch sein kann: Ein Wegbegleiter. Ein Resonanzraum. Ein Schlüssel – wenn du bereit bist, Türen zu öffnen.



Mit offenem Herzen, in tiefer Dankbarkeit – für alle, die diesen Weg mitgehen. Für dich, der du das liest. Und für das Leben selbst, das uns immer wieder an uns selbst erinnert.

Ricardo Kappel (Unkel, 2025)

03

Schriftrolle 1 – Die Kraft der Entscheidung

04

Einleitung zum Prinzip

Es beginnt nicht mit einem Plan.
Nicht mit einem Ziel.
Nicht mit einer Gelegenheit.

Es beginnt mit dir.
Mit dem Moment, in dem du wählst, wer du sein willst – nicht morgen, sondern jetzt.

Entscheidung ist der göttliche Akt des freien Willens.
Wenn du dich entscheidest, sendest du ein Signal – in dein Herz, in deinen Körper, in das Quantenfeld.
Und dieses Feld antwortet nicht auf deine Wünsche.
Es antwortet auf deine Klarheit.



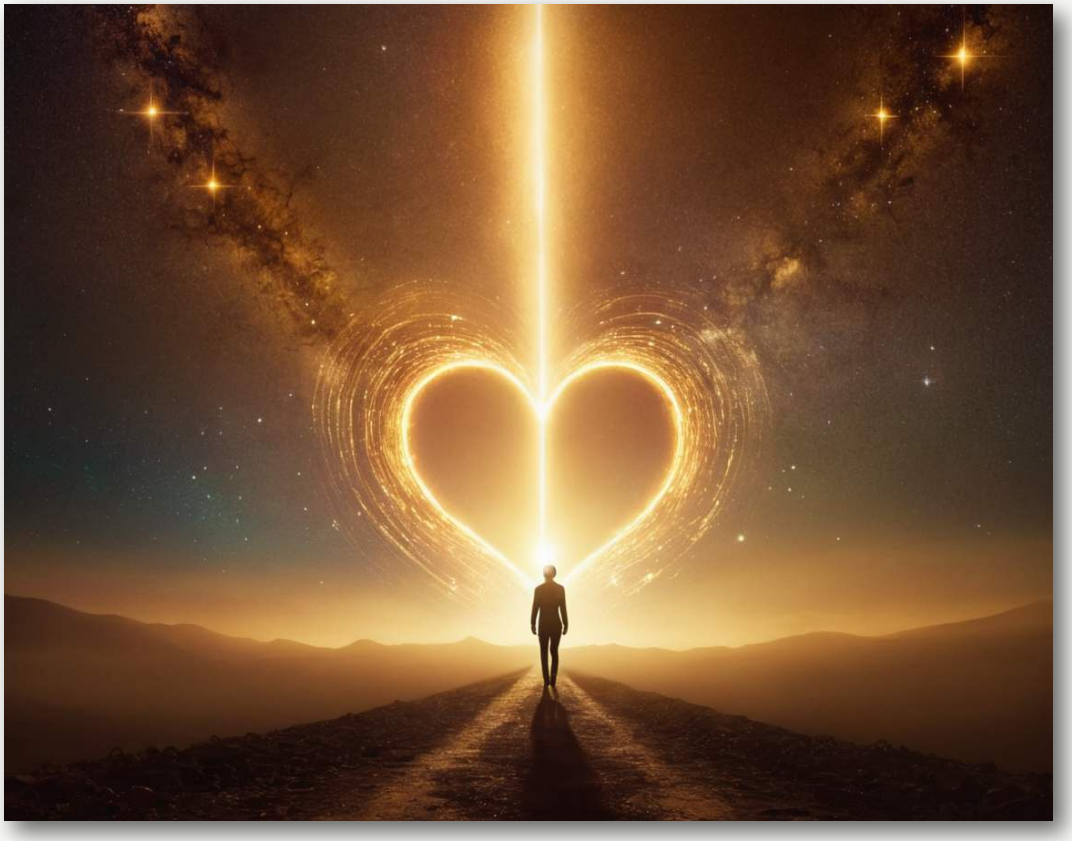
05

Der tägliche Lesetext (für 31 Tage – immer derselbe)

Heute ist kein Tag wie jeder andere.
Heute ist ein Tag der Macht –
nicht, weil sich die Welt verändert hat,
sondern weil ich mich entscheide, sie neu zu sehen.

Ich stehe auf dem inneren Kreuzweg meines Lebens.
Links: die alten Muster, der vertraute Schatten meiner Vergangenheit.
Rechts: ein noch unbeschriebener Weg, der ruft wie ein ferner Stern.
Ich atme tief ein.
Ich atme mein altes Ich aus.

Heute ist der Tag, an dem ich die Bühne betrete –
nicht als Reaktion auf die Umstände,
sondern als bewusste Verkörperung meiner wahren Wahl.



Ich bin der Punkt der Entscheidung.
Ich bin der Moment, in dem eine neue Realität geboren wird.
Ich bin der Tropfen, der die Wellen auslöst.

Entscheidung ist kein Gedanke.
Entscheidung ist ein Energiesprung.
Sie hat Klang – wie der Ton der Schöpfung.
Sie hat Form – wie das erste Licht.
Sie hat Schwingung – wie Liebe in Bewegung.

Ich höre die Stimme meines höheren Selbst:
„Wähle, wer du sein willst – und dann sei es."

Heute entscheide ich mich für das Leben.
Für das volle Licht.
Für das noch Unsichtbare, das bereits in mir flüstert.



Ich entscheide mich für meine Freiheit.
Ich entscheide mich für Vertrauen – nicht für Kontrolle.
Ich entscheide mich für Handeln – nicht für Warten.
Ich entscheide mich für das Jetzt – nicht für das „vielleicht morgen“.

Und während ich wähle,
öffnet sich das Feld.
Die Türen, die nie verschlossen waren, erscheinen.
Menschen, Möglichkeiten, Synchronizität: sie tanzen meinem Ruf entgegen.

Denn das Universum liebt klare Herzen.

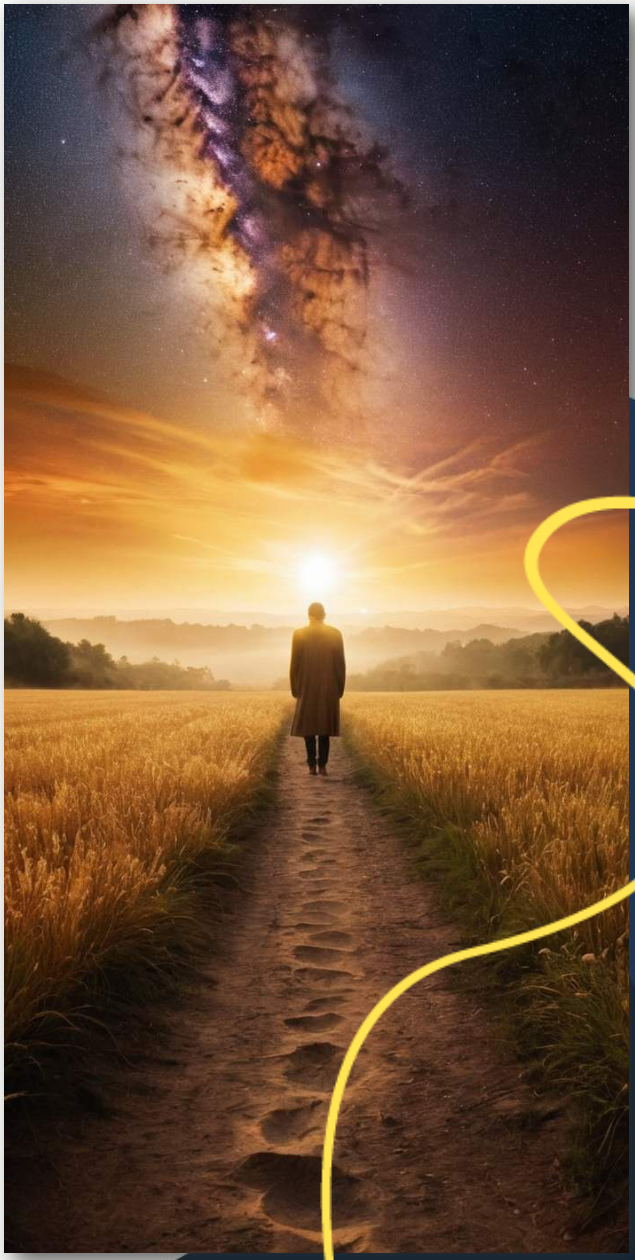
Ich muss nicht wissen, wie.
Ich muss nicht wissen, wann.
Ich muss nur wissen, wer ich bin.
Und diese Entscheidung nähren.
Täglich. Wieder und wieder.
Bis mein ganzes Wesen vibriert:
Ich bin bereit. Ich bin der, der ich zu sein gewählt habe.



06

Tagesaffirmation

„Ich entscheide mich.
Ich erlaube mir,
neu zu sein.
Ich bin die
Schöpferkraft in
Bewegung.“



• • •

Stell dir vor, jeder Tag beginnt mit einer Entscheidung
– nicht im Außen, sondern in deinem Innersten.

Das neue Geheimnis der Fülle begleitet dich durch 12 transformierende Prinzipien, die dein Leben – Schritt für Schritt – auf eine neue Frequenz heben: bewusst, freudvoll, kraftvoll.

In der Tradition von Og Mandino und mit Erkenntnissen aus Quantenbewusstsein, Neuroplastizität und spiritueller Ausrichtung verbinden sich diese Schriftrollen zu einem Jahresprogramm für dein wahres Selbst.

🌟 Jede Schriftrolle enthält:

* Eine Einweihung ins Prinzip
* Einen kraftvollen, poetischen Lesetext für 30–31 Tage
* Eine Tagesaffirmation zur Verankerung
* Ein visuelles Symbol zur Vertiefung
  - teils mit geschmackvollen erotischen Aspekten

Dieses Buch ist kein Ratgeber.
Es ist ein Frequenzfeld.

Und du bist eingeladen, einzutreten.