

Der Weg

Einführung

11

Impulse

19

Die Magie der Bewegung
Leben ist Bewegung
Reisen im Geiste
Reiseträume
Warum wir reisen
Wer wir sind, und wer wir sein sollten
Das *Warum* wandelt sich
Die Lust, einfach loszuziehen

Reaktionen

31

Fernweh
Träume in die Tat umsetzen
Das Reise-Ich
Dem Ruf des Reise-Ich folgen

Zu neuen Ufern
Endlich ...

Aufbruch

Die Reise beginnt
Den Aufbruch vorbereiten
Gepäck
Es ist soweit
Abreise
Jeder sein eigener Held
Bewegung ist alles
Bewegung beflügelt
Alles Belastende zurücklassen
Wir haben uns unsere Reisen verdient

41

Freiheit

Der ureigene Weg
Reisen ist etwas Individuelles
Leben im Augenblick
Befreiung
Unabhängigkeit
Der inneren Stimme folgen
Qualen der Wahl
Immer und überall
Unterwegs zum Selbst
Spontaneität
Reisen kennt keine Altersgrenzen
Freuden der Anonymität
Auf den Schwingen der Freiheit

55

Entdeckungen

71

Mit allen fünf Sinnen
Die Faszination des Neuen
Ein neues Zeitgefühl
Dem Glück auf der Spur
Voller Naivität und Staunen
Neugier
Nach draußen und drinnen
Wiederentdeckungen

Begegnungen

83

Menschen
Kinder
Die Freiheit, ein Fremder zu sein
Gastfreundschaft
Gespräche
Freundschaft
Rückkehr zu neuen Freunden
Ein Geschenk
Reiseziel Natur
Begegnungen für die Ewigkeit
Die Kraft der Natur
Ganz besondere Plätze
Viele neue Zuhause

Freude

107

Spaß
Essen
Musik
Abenteuer
Romantik

Gelassenheit finden
Eine Auszeit nehmen
Reisen ist Begeisterung

Herausforderung 121
Das Glück der Ungewißheit
Freude am Ungezähmten
Was auf dem Spiel steht
Widrigkeiten
Immer vorwärts
Auf in Richtung Zuversicht
Reisen bringt uns voran

Einsichten 133
Vorstellung und Wirklichkeit
Schätze der Vergangenheit
Erfahrungen
Den eigenen Rhythmus finden
Die volle Bandbreite
Beobachtungen
Dieses oder jenes
Verblüffende Verwandtschaft
Diskurs der Extreme

Wachstum 145
Alles fließt
Neue Wege
Neueinschätzung
Reisen macht frei
Reinen Tisch machen
Unsere vielen Ichs
Der Intuition vertrauen

Kreativität
Reisen reinigt
Wir feiern
Die eigenen Stärken entdecken
Die Kraft der Verwandlung
Heilung

Ausblicke 163

Heimreise
Ankunft
Eine neue Perspektive
Andere teilhaben lassen
Gespaltenheit
Die Wunder der Heimat
Vom Reisen zehren
Erfahrungen fürs Leben
Erleuchtung

Mit frischer Kraft 177

Leidenschaft schüren
Von Abschied zu Abschied
Immer wieder Neuland
Kein Ende in Sicht
Gute Reise!

Dank an meine Wegbegleiter 186