

Inhalt

Einleitung	9
Woche eins: Das Fundament einladen	27
Befreundeten Menschen vertrauen	28
Im Beruf geleitet werden	37
Mit Optimismus leben	42
Die häusliche Umgebung	47
Wir haben alle unseren Zweifel	54
Angst bezwingen	58
Woche zwei: Innere Stärke einladen	67
Den Blick auf das Positive richten	68
Die Kraft der Entschleunigung	75
Inspiration aus dem Freundeskreis	81
Bei der Arbeit geleitet werden	91
Bei Entscheidungen geleitet werden	97
Woche drei: Ruhe einladen	109
Zu Geduld geleitet werden	110
Akzeptieren, was gut ist	120
Ruhig werden, indem wir uns leiten lassen	128
Durch Verbundenheit unterstützt werden	135
Grenzen setzen	141

Woche vier: Optimismus einladen	147
Sich selbst vergeben	148
Zu Hoffnung geleitet	151
Die Kontrolle aufgeben	155
Sich darauf verlassen, geleitet zu werden	162
An Stabilität gewinnen	168
Zu künstlerischem Schaffen geleitet werden	172
 Woche fünf: Ausdauer einladen	175
Die Magie der Natur	176
Göttliche Unterstützung zulassen	183
Von Moment zu Moment geleitet	188
Die Kraft der Dankbarkeit	194
 Woche sechs: Verbindlichkeit einladen	203
Beten	204
Der Segen eines unterstützenden Netzwerks	211
Vertrauen bewahren	216
Die Kraft des Gehens	224
Von Wohlwollen geleitet werden	230
 Danksagung	237
Quellen	238