

# **INHALT**

Vorwort. Oder: Das wird ja immer besser!	11
Für die einen ist es ein Zufall, für uns ist es Kosmisch.	
Oder: Kosmisch-Deutsch/Deutsch-Kosmisch	17
Mal das Tempo rausnehmen. Oder: Eine Auszeit, bitte!	23
Das Universum und dein Herzenswunsch.	
Oder: Da haben sich zwei gefunden	31
Der liebe Verstand. Oder: Ein Krieger der Vergangenheit	49
Was hat Buddha mit einem Radio zu tun?	
Oder: So bleiben wir im Universumsmodus	57
Dein Potenzial. Oder: Zeig dich, Frequenz!	61
Die Energie deiner Gedanken.	
Oder: Wie wir lernen, in Kosmisch zu denken	76
Gedankendiener. Oder: Hol mir ein Glas Champagner!	82
Ein Gedanke wird Wirklichkeit.	
Oder: Wir gehen ins Kopfkino	91
Weg damit. Oder: Flieg, Luftballon, flieg!	95
Die Shaolin-Mönche. Oder: Kosmische Möglichkeiten	100

Gefühlskunde. Oder: Wir zeigen Gefühl – wird es etwa romantisch?	102
Das 5-Sekunden-Geheimnis. Oder: 5 Sekunden, die dein Leben verändern	113
Autsch! Jemand hat dir wehgetan oder dich verletzt. Oder: Das Gesetz von Aktion und Reaktion	122
Kleiner Trick gegen Selbstmitleid, wenn dich jemand verletzt hat. Oder: Geh mal online	125
Feinfühliger werden. Oder: Die Achtsamkeitslupe	127
Der Wunscherfüllungserwartungsmodus. Oder: Vom anderen Stern	134
Das Universum will nicht wissen, was du NICHT möchtest. Oder: Bestellen für Anfänger	137
Der Bereich der Möglichkeiten. Oder: Was kann ich mir vorstellen?	140
Aufregung. Oder: Der Ursprung liegt in der Quelle, nicht in der Mündung	144
Der Vertrauensmodus. Oder: Du bist gesegnet	148
Leicht kann jeder – das hier ist eine Kategorie höher. Oder: Willkommen in der Oberstufe	150
Der Rückblick. Oder: Was rätst du dir selbst?	153
Zweifel. Oder: Hört das denn nie auf?	155
Der Perspektivwechseltrick. Oder: Spieglein, Spieglein an der Wand	157
Lass deine Ängste los. Oder: Der Kampf ist vorbei	162

Kollektive Glaubenssätze. Oder: Die Ü-90-Party	165
Namasti Kunari – es gibt Gerechtigkeit. Oder: Überlassen wir das dem Universum	169
Glaub doch, was du willst. Oder: Du hast immer Recht	171
Unser Selbstbild – führe mich nicht in Versuchung. Oder: Du »strahlst« ja so	172
Geheimnis der Körpersprache. Oder: Leuchtende Augen	177
Zeichensprache.	
Oder: Der Botschaftenmodus des Universums	183
Verstehen lernen. Oder: Zwei Sichtweisen	185
Erfolgreich manifestieren. Oder: Das Wunschkdilemma	190
Die magische 7. Oder: Das 7-Phasen-Programm – in 6 Monaten	193
Den Seinen gibt's der Herr im Schlafe. Oder: Die 5 wichtigsten Minuten des Tages	197
Schlusswort. Oder: Alles ist gut	211
Lösungen	213
Über die Autorin	215