

# Inhalt

Vorwort .....	9
Sie spüren, dass es im Leben noch viel mehr geben muss als das, was Sie leben? .....	12
I. Die magischen vier Säulen des menschlichen Lebens .....	15
II. 52 Lebensbegleiter an deiner Seite .....	65
1. Enttäuschung oder Selbsttäuschung? .....	65
2. Die Weide .....	67
3. Auf das Umfeld achten .....	70
4. Bist du Dackel oder Neufundländer? .....	72
5. Reden ist Silber, schweigen ist Gold .....	74
6. Worauf konzentrierst du dich? .....	78
7. Aufräumaktion starten .....	80
8. Das Geheimnis des Schenkens .....	83
9. Sprache des Körpers .....	85
10. Motivation ist nicht gleich Motivation .....	88
11. Das Glück der Anstrengung .....	90
12. Harmonie um jeden Preis? .....	92
13. Die Magie des Apfelkuchens .....	95
14. Vom Wert einer Freundschaft .....	97
15. Im Rhythmus der Natur .....	100
16. Auf den Blickwinkel kommt es an .....	102
17. Abhängigkeiten und ihre Folgen .....	104
18. Auf der Spurensuche .....	108
19. »Frusttage« vermeiden, aber wie? .....	110

20. Was lebst du? .....	113
21. Die Stille in sich finden .....	115
22. Abschied und Neuanfang .....	119
23. Unterscheide Mitleid von Mitgefühl .....	121
24. Ist es noch stimmig? .....	123
25. Schwebezustände – eine Lebensherausforderung .....	125
26. Alles persönlich nehmen .....	128
27. Sich dem Lebensfluss hingeben .....	131
28. Vom Umgang mit der Zeit .....	133
29. Nimm dein Glück in die Hand .....	135
30. Selbstakzeptanz praktizieren .....	142
31. Wenn es doch immer so einfach wäre .....	145
32. Triff Entscheidungen bewusst! .....	149
33. In Erinnerungen schwelgen .....	151
34. Sorgen, nichts als Sorgen .....	153
35. Universelle Weisheit nutzen .....	155
36. Das Glück kann näher sein, als wir glauben ....	158
37. »Zeit ist Geld« – oder vielleicht doch nicht!? ...	160
38. Dem Kopfkino die Macht entziehen .....	163
39. Vom Umgang mit der Wahrheit .....	165
40. Ein alter Bekannter .....	167
41. Ein kollektiver Irrtum .....	169
42. Innere und äußere Ehrlichkeit .....	178
43. Selbsterfüllende Prophezeiung .....	180
44. Eine Stimme im Kopf .....	182
45. Morphogenetische Felder nutzen .....	185
46. Der Partner – das Tor zur Selbsteskenntnis ....	188
47. Wo Licht ist, ist auch Schatten .....	190
48. Spuren der Vergangenheit .....	193
49. Mut zur Öffnung .....	196
50. Liebe oder Angst .....	199

51. Zwillingspaare mit großer Wirkung .....	202
52. Altbekanntes, oder was?! .....	205

<b>III. Wenn sich die Welt ändert .....</b>	<b>213</b>
---	------------

<b>IV. Anhang .....</b>	<b>229</b>
<i>Danksagung</i> .....	229
<i>Nachwort</i> .....	231
<i>Quellen nachweise</i> .....	232