

Inhalt

<i>Vorwort</i>	9
<i>Sie spüren, dass es im Leben noch viel mehr geben muss als das, was Sie leben?</i>	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 Lebensheraus- forderung	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 Selbsterkenntnis	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

III. Wenn sich die Welt ändert	213
---	------------

IV. Anhang	229
<i>Danksagung</i>	<i>229</i>
<i>Nachwort</i>	<i>231</i>
<i>Quellennachweise</i>	<i>232</i>