

# Inhalt

Einleitung: Du bist ein Wunder .....	6
15 Regeln für ein gutes Leben.....	11
I. Wir alle sind kostbar .....	16
II. Das Beste am Leben .....	27
III. Der einmalige Augenblick ist jetzt .....	36
IV. Wovor wir auf der Hut sein müssen .....	43
V. Auf Schatzsuche.....	59
VI. Und wenn der Schmerz kommt?.....	76
VII. Die Weisheit pflegen .....	87
VIII. Sieh nicht vom Balkon aus zu! .....	105
IX. Mach dir die Hände schmutzig! .....	113
X. Nie wieder allein .....	124
XI. Gegen den Strom .....	138
XII. Du hast Augen, also sei kontemplativ! .....	148
XIII. Hör nicht auf zu träumen! .....	166
XIV. Das Wunder enthüllen, das in dir ist .....	176
Quellen .....	183
Anmerkungen der Übersetzerin .....	189