

# Inhalt

## 4 Vorwort

## TEIL I

### 7 FINDEN UND VERSTEHEN

#### 9 Finde deinen eigenen Weg

9 Im Kontrast liegt deine Sehnsucht

14 Trau dich zu träumen

18 Alles ist endlich

20 Dharma und Karma – Deine Mission ist Teil deiner Heilung

24 Platz lassen für Überraschungen

25 Bau dein Puzzle zusammen

#### 31 Mach dich bereit für Wunder

31 Du hast die Wahl: Vertrauen oder Angst

34 Wie wir loslassen

41 Vertrauen ist eine Absicht

#### 49 Mindset – Die Welt im Licht sehen

49 Woran du merkst, dass dein Mindset nicht funktioniert

52 Warum unser Kopf sein eigenes Ding macht

56 Wann du dich befreien solltest

60 Ganz du selbst sein

64 Der Unterschied zwischen wahren Selbst und Ego

#### 67 Motivation und Manifestieren

67 Alles, was du über Motivation wissen musst

74 Die Kunst, zu manifestieren

81 Mission, Ziele und Erfolg

## TEIL 2

### 85 **ZEIT FÜR VERÄNDERUNG**

- 87 **In höchster Frequenz leben**
- 87 Lerne, deine Energie zu pflegen
- 98 Energien loslassen lernen
- 105 Der schnellste Weg, deine Energie zu zerstören

### 109 **Die beste Architektur für deine Tage**

- 109 Deine Zeit ist wertvoll
- 112 Tage wie Kunstwerke
- 117 Richtig priorisieren lernen
- 119 Den Überblick behalten
- 123 Lass Pareto deinen Helden werden

### 129 **Kommunikation aus der inneren Mitte**

- 129 Kommunikation braucht Achtsamkeit
- 131 Sprechen, um verstanden zu werden
- 134 Zuhören lernen
- 139 Gut fragen

## TEIL 3

### 143 **DIE SANFTE REVOLUTION**

- #### 145 **Wie du die Welt verändern kannst**
- 145 Das Beste ist in allen
  - 149 Umzingelt von Idioten
  - 158 Überzeugen ist eine Kunst
  - 169 Die Revolution anzetteln

#### 175 **Spiritual Being – Leadership des Herzens**

- 175 Die eigentliche Aufgabe
  
- 179 Danke
- 180 Quellenangaben