

INHALT

Über Martin Matheo	7	
KAPITEL 1	Liebe Leserin, lieber Leser,	8
KAPITEL 2	Einladung zum Experiment	12
	<i>Die Sache mit der Achtsamkeit</i>	16
	<i>Die Dankbarkeit und ihre Schwestern</i>	20
	<i>Deine Erwartung</i>	22
KAPITEL 3	Was mir die Augen öffnete	28
	<i>Ein besonderer Abend</i>	30
	<i>Die wirklich wichtigen Fragen</i>	35
	<i>Das letzte Mal</i>	39
KAPITEL 4	Wenn du bereit dafür bist	44
	<i>Lebensfreude und Lebensfreunde</i>	49
	<i>Vom Aufschieben und später machen</i>	55
	<i>Die goldene Regel</i>	58
KAPITEL 5	Das Märchen vom schönen Leben	61
	<i>Von Fülle und Erfüllung</i>	64
KAPITEL 6	Der Stoff, aus dem das Leben ist	72
	<i>Die wahre Liebe</i>	77
	<i>Der rote Faden</i>	79
	<i>Die Kraft der liebevollen Vergebung</i>	82
	<i>Bedingungslos</i>	84
KAPITEL 7	Gute Verbindungen	87
	<i>Du bist der Schlüssel</i>	90
	<i>Verbinde dich nach oben!</i>	92
	<i>Verbinde dich mit dir selbst!</i>	94
	<i>Verbinde dich mit anderen!</i>	101
KAPITEL 8	Dein Experiment	106
	<i>Das Experiment</i>	108
	<i>Die Fragen des Lebens</i>	110
	<i>Deine wichtigste Rede</i>	125
KAPITEL 9	Das Beste kommt nicht zum Schluss	129
	<i>Was zählt wirklich?</i>	133
	Schlusswort	138