

INHALT

I.

DER FUNKE

Wenn der Funke deiner Bestimmung in dir entflammt,
erleuchtet er dein ganzes Leben

9

Die Kraft deiner Bestimmung 12 – Die Urknallkraft in dir 13 – Die Kettenreaktion deiner Bestimmung 17 – Die drei Startpunkte der Suche nach deiner Bestimmung: die Rückkehr, der Aufbruch, die Erweiterung 22 – Der Weg der Selbsterinnerung 29 – Woher du kommst. Wohin du gehst 31 – Dein höherer Sinn braucht deine höhere Perspektive 33 – Ungewöhnliche Pfade und unsichtbare Richtungsweiser 37 – Dein kleiner Traum und deine große Aufgabe 39

II.

DIE WELT

In einer Welt, die scheinbar auseinanderfällt,
gibt es eine Kraft, die alles in dir zusammenhalten kann:
die Kraft deiner Bestimmung

41

In dieser Welt der Gegensätze trennen sich Kraft und Macht 43 – Wer lenkt dich? Die Kraft deiner Bestimmung oder die Macht deiner Prägung? 45 – Verrückte Verschiebungen – und deine Klarheit mitten im Chaos 51 – Aufwachen aus dem Korridor der Krisen 54 – Die drei Vs unserer Zeit: Verabschieden, Verarbeiten und (Neu-)Verwirklichen 56 – Alles verändert sich, weil du um etwas Besseres gebeten hast 59 – Aufgeben? Und eine Million Gründe, alles hinzuschmeißen 62 – Verbraachte Hoffnung anerkennen 64 – Von Verletzungen und Fehlern zu Erfahrungen und Entscheidungen 66 – Zündender Zorn: herausfor-

dernd und heilsam 69 – Wachstum braucht Instabilität 78 – Schwächen sind Schlüsselstellen zu tiefer menschlicher Verbundenheit 80 – Heile Welt? Der Welt heilen helfen 82

III.

DIE WAHRHEIT

Lügen blenden. Die Wahrheit leuchtet

85

Hinter leeren Versprechen und falschen Floskeln 87 – Zurück zum wahren Grund finden 88 – Die 8 Mythen rund um Bestimmung 90 – Erwinnere dich an dich 122 – Wer hat diesen Gedanken erschaffen? 124 – Glaube an dich 125

IV.

DAS VERTRAUEN

Was war, war wichtig. Wo du jetzt stehst, bist du stark.

Was kommt, formst du mit deiner Kraft

127

Vertrauen ist Nicht-Wissen und Sich-doch-gewiss-Sein 129 – Frage nach deiner Bestimmung – und gehe auf die Antwort zu 131 – Hinter den Stimmen der Angst liegt dein größeres Du 134 – Die zwei Urängste 137 – Unsere Bestimmung ist Wachstum und Heilung 143 – Vertrauen entsteht nicht im Kopf. Vertrauen erdet dich im Körper 148 – Das verletzte Geschenk des Urvertrauens 151 – Je tiefer die Heilung, desto wirkungsvoller das Wachstum 153 – Sich Unbewusstes bewusst machen 156 – Vertrauen füllt die Risse in deinem Fundament 159 – Anker des Vertrauens setzen 161 – Kein Mensch wird je ganz in seine Kraft kommen, ohne sein Menschenbild zu heilen 170

V.

DIE FÜHRUNG

Du gehst dir selbst voraus.

Und erschaffst einen neuen Kosmos mit deiner Kraft

175

Hinter dem Opferdenken öffnet sich ein Ozean der Freiheit 176 – Führung bedeutet, für etwas einzustehen – und loszugehen 178 – Schöpferische Selbstermächtigung braucht sensible Selbstwahrnehmung 182 – Die vier Zonen deines Wachstums 185 – Von der Komfortzone zur Kreativzone 190 – Betrete deinen Berufsraum – und dehne ihn aus 193 – Finde in deine Vollständigkeit 195 – Beruflich, privat und persönlich: Deine Lebensbereiche verschmelzen im Feuer deiner lebendigen Vielfalt 201 – Ein Nein, das erlöst 205 – Druck, Sog und Schub und die Signale deiner inneren Kraft 210 – Un-Ordnung vs. Um-Ordnung 214 – Gib jedem Tag seine Bestimmung und deinem Leben eine ganz neue Bedeutung 216 – Die Kraft deiner Bestimmung ist eine Kraft der Kreation 218 – Deine höhere Führung kennt dein höchstes Ziel 220

VI.

DIE MEISTERSCHAFT

Gib nicht auf. Sondern wachse über dich hinaus

223

Das Versprechen deines Lebens 225 – Das schönste Versprechen deiner Bestimmung ist das Gefühl der Unendlichkeit 228 – Die Schönheit des Weges liegt im Vertrauen in deinen Prozess 230 – Deine Meisterprüfung: die Erleuchtung und die dunkle Nacht der Seele 232 – Neider, Kritikerinnen und stille Gegner 234 – Helferinnen, Türöffner und andere Begleiterinnen 238 – Um deine Berufung zu leben, brauchst du zwei Dinge: Liebe und Struktur 241 – Lebendige Rituale 243

VII.

DER SINN

Sinn schenkt dir Vollständigkeit
mitten im Chaos der Welt

247

DANKE

251

ANHANG

253

*Vertiefende Übungen und Audiodownloads zum Buch 253 – Mehr
Bücher von Monika Schmiderer 254 – Entdecke die Kurse und Mento-
rings 255*