

Nossrat Peseschkian

Wenn du willst,  
was du noch nie gehabt hast,  
dann tu,  
was du noch nie getan hast

Geschichten und Lebensweisheiten

**HERDER** ?

FREIBURG • BASEL WIEN

# Inhalt

Leid- oder Leitfaden: Das Leben ist zu kurz für ein langes Gesicht . . . . .	9
Der Wanderer - Warum neue Sichtweisen weiterhelfen . . . . .	14
Kleinigkeiten machen die Summe des Lebens aus - Vom Gewicht des alltäglichen Krams. . . . .	18
Der Mensch lebt noch nicht einmal hundert Jahr und macht sich Sorgen um tausend - Perfektionismus kann krank machen. . . . .	20
Großzügigkeit macht das Herz leichter - Vom Geben und Nehmen. . . . .	22
Die Kunst, andere zu überzeugen - Emotionale Intelligenz entwickeln. . . . .	25
Die Wanderschaft zum Glück - Ablösung als Weiterentwicklung. . . . .	27
Nicht alles, was rund ist, ist ein Ball - Warum man nicht immer von sich auf andere schließen kann. . . . .	34
Ein Vorurteil ist ein Urteil, das nicht durch ein Gericht, sondern durch ein Gerücht hervorgerufen wird - Vorurteile haben viele Gesichter. . . . .	39

Wenn du eine hilfreiche Hand brauchst, so suche sie am Ende deines eigenen Armes - Fähigkeiten verwirklichen. . . . .	45
Was ich nicht weiß, macht mich nicht heiß! - Die Fähigkeit, an sich und andere die richtigen Fragen zu stellen. . . . .	51
„Man ist reich, wenn es reicht“ - Die Frage nach dem Wesentlichen. . . . .	55
Man kann auf seinem Standpunkt stehen, aber man sollte nicht darauf sitzen bleiben - Wenn Traditionen erstarren. . . . .	59
Unter den Menschen gibt es viele Kopien und wenige Originale - Die Einzigartigkeit entdecken . . .	65
Liebe ist wie ein Glas, das zerbricht, wenn man es zu locker oder zu fest anfasst - Liebe und Gerechtigkeit . . . . .	71
Die Besonderheiten des Partners sehen - Liebe braucht Pflege. . . . .	80
Wer andern eine Grube gräbt, fällt selbst hinein - Warum Rache bitter schmeckt. . . . .	84
Geld ist wie ein Metall, das sowohl gut leitet als auch gut isoliert - Geld als Ersatz . . . . .	88
Hast du was, dann bist du was - Leistung und Selbstwertgefühl. . . . .	93
Sich vom ersten Eindruck nicht täuschen lassen - <i>Den anderen wirklich, sehen.</i> . . . . .	98

Positive Psychotherapie: Eine Ganzheitsmodell im Rahmen der Erziehung, Selbsthilfe und Psychotherapie. . . . .	.103
Die Bedeutung von Geschichten, Lebensweisheiten und Humor im Alltagsleben. . . . .	.119
Sammele die hellen Stunden für die dunkle Zeit des Lebens. . . . .	.124
Dank. . . . .	.126
Literatur. . . . .	.127