

Veit Lindau

WERDE VERRÜCKT

Wie du bekommst,
was du wirklich-wirklich willst



kailash

INHALTSVERZEICHNIS

PROLOG

| | |
|--|----|
| Du | 9 |
| Bereit? | 11 |
| Werde verrückt | 12 |
| Wirklich-wirklich | 18 |
| Erfolg tut gut. | 20 |
| Dieses Buch und Du | 30 |
| Warum dieses Buch | 30 |
| Entscheidungshilfe | 36 |
| Mein Schreibstil – eine kleine Warnung | 39 |
| Wie dieses Buch lesen | 41 |
| Dein Leserbereich. | 42 |
| Am Anfang das Ende im Sinn | 43 |
| Die drei Säulen deines Glücks. | 44 |

PART 1: VERSTÄNDNIS

| | |
|---|-----|
| Deine Gedanken werden deine Wirklichkeit | 51 |
| Genie im Exil. | 58 |
| Neuroplastizität | 63 |
| Der mächtige Daumen | 71 |
| Lockere den Daumen | 74 |
| Dein inneres U-Boot – die verborgene Kraft | 92 |
| Mind-Behavior-Gap | 100 |
| Die Hose runterlassen – zeichne das Rad deines Lebens | 103 |

PART 2: SINN

| | |
|---|-----|
| Der stille See | 116 |
| Der Luxus, nicht alles wissen zu müssen | 122 |
| Mind-Yoga | 125 |
| Erfinde dich neu | 129 |
| Freude, schöner Götterfunken | 141 |
| Neid und Bewunderung | 145 |
| Klarheit ist sexy | 149 |
| Dich von deinem Sinn finden lassen | 153 |
| Die letzten 20 Minuten | 161 |
| Die Essenz deines Lebens | 163 |
| Das Wertvollste | 166 |
| Dein Leuchtfeuer | 168 |
| Eine wichtige Wahl | 184 |

PART 3: MANIFESTATION

| | |
|---|-----|
| Geistige Vorbereitung | 190 |
| Das ultimative Geheimnis | 194 |
| 1. Schritt: Den Startpunkt analysieren | 199 |
| 2. Schritt: Ein Momentum erzeugen | 202 |
| 3. Schritt: Nagel dich fest | 211 |
| 4. Schritt: Wasche dein Gehirn selbst | 222 |
| 5. Schritt: Beweg deinen Hintern | 232 |
| 6. Schritt: Frage dich frei | 240 |
| 7. Schritt: Power-Affirmationen | 246 |
| 8. Schritt: Kille alle Ausreden | 250 |
| 9. Schritt: Verändere dein Setup | 256 |
| 10. Schritt: Selbstwirksamkeit trainieren | 268 |
| 11. Schritt: Verliebe dich in Disziplin | 274 |
| 12. Schritt: Von Bakterien lernen | 289 |

| | |
|---|-----|
| 13. Schritt: Pinguine und Adler | 293 |
| 14. Schritt: Bildet ein Team | 302 |
| 15. Schritt: Umarme deinen Schatten | 306 |
| 16. Schritt: Alpha-Flow | 311 |
| 17. Schritt: Die Magie der Gegenwart | 320 |
| 18. Schritt: Willkommen in der Quantensuppe | 348 |
| 19. Schritt: Keine Angst vor Fehlern | 362 |
| 20. Schritt: Bleib sauber, mein Freund | 374 |
| 21. Schritt: Die Macht der Dankbarkeit | 378 |
| 22. Schritt: Lach dich frei | 382 |
| 23. Schritt: Sei ein weiser Gärtner | 385 |
| 24. Schritt: Sanfte Entschlossenheit | 391 |
| Dein Erfolgscheck | 398 |

EPILOG

| | |
|---|-----|
| Von Träumern und Meisterinnen | 412 |
| Von Herz zu Herz | 418 |
| Danke | 419 |
| Anhang | 421 |

| | |
|------------------------|-----|
| DEIN KAPITEL | 429 |
|------------------------|-----|