

Lauren Handel Zander

HIER

— *Bleib bei Dir.*

GEHT'S

— *Stell Dich Deinen Ängsten.*

UM

— *Liebe Dein Leben.*

DICH!

AURUM

INHALT

Vorwort von Dr. Mark Hyman	8
Vorwort von Madhavi Guemoes	13
Warnung	16
Einleitung – Kiosk der Möglichkeiten	
Ich, mein Selbst und das Warum	18
Kapitel eins – Du träumst wohl	
Das Leben gestalten, das du dir wünschst	28
Kapitel zwei – Vielleicht liegt es an dir?	
Die eignen Fingerabdrücke am Tatort finden	62
Kapitel drei – Das gelobte Land	
Ein Versprechen sich selbst gegenüber einhalten	90
Kapitel vier – Deine Meinung ändern	
Ein neues Management einführen	124
Kapitel fünf – Emotionale DNA	
Spiel dein Blatt	149

Kapitel sechs – Die Wahrheit übers Lügen	
Die Wahrheit über Unwahrheiten sagen	182
Kapitel sieben – Spuk	
Deine Vergangenheit entschlüsseln	227
Kapitel acht – Gelöst	
Dein Weg aus der Säuberungshölle	264
Kapitel neun – Die große Wäsche	
Deine dreckige Wäsche waschen und wegräumen	292
Kapitel zehn – Mission Possible: „Ich bin die Möglichkeit“	
Sei du. Nur besser.	345
Anmerkungen/Glossar	372
Voller Dankbarkeit und aus der Fülle meines Herzens	378
Ressourcen	378