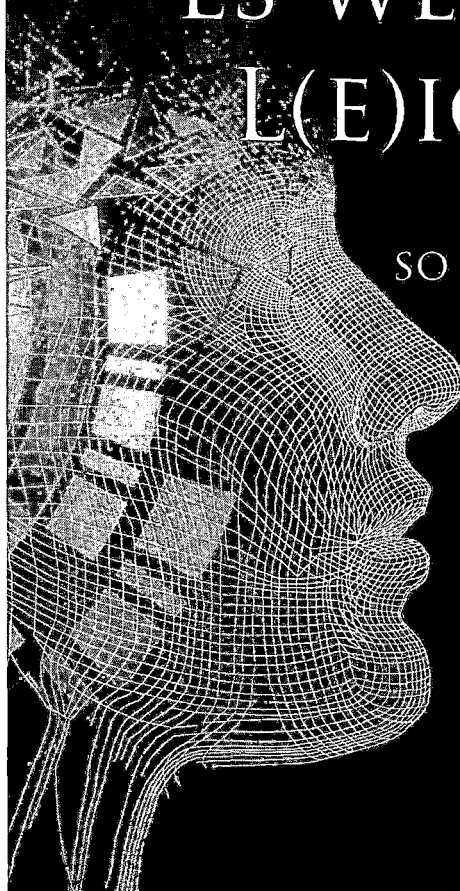


Dr. Rene Gassner

ES WERDE L(E)ICHT

ES KANN
SO EINFACH
SEIN!

Sachbuch



KLECKS VERLAG

Inhalt

Vorab	11
Vorwort Bauanleitung für ein Universum	13
Einklang.....	17
Lebensgeschichten	17
Ein Tor geht auf.....	20
Die Umkehr – Navigation ins Nirvana.....	21
Ein Muster, das dein Leben bestimmt.....	25
Physik und Chemie.....	29
Macht oder Ohnmacht.....	32
Stress lass nach, du machst mich stark	35
Keine Zeit für Zeit.....	35
Kampf oder Flucht.....	38
Körperwelt	41
Einen Gang zurückschalten	44
Es werde still	48
Ein-Stellung und Aus-Richtung im Spiel	51
Kohle oder Diamant	51
Das Spiel	58
Tiere, Menschen, Pflanzenwelt	66
Rollen hoch 3.....	79
Dreifaltigkeit – Bewusst-sein durch Beobachten.....	79
Alles hat drei Seiten	85
Die Rolle deines Lebens	103
Von der Rolle	108
Grundlegendes	117
Aus zwei mach drei	117
Erkenntnisse und Fakten.....	124
Potenzielles Wachstum – Grundstein fürs Leben....	131

Hardware und Software – Die Dinge und was sie tun	134
Der Bewusstseins-Kalender.....	143
Kalibrieren:.....	148
ausrichten – einmitten – zentrieren.....	148
Kalibrieren oder frieren?	148
Zur Kalibrierung	153
Von Gesetzen und Regeln	161
Gerechtigkeit und Sinnhaftigkeit.....	161
ES.....	171
Die zwei Systeme in der Übersicht	178
Universelle und manuelle Gesetze	179
Die Regeln	183
Die Landkarte.....	192
Zwei Systeme: Raum und Zeit – innen und außerhalb	192
Wo bin ich?	199
Die Karte ist erstellt	219
Die Konfiguration	224
Bewusstwerdung im Spiel.....	224
Die Positionierung.....	229
Die Energiequelle	235
Die Lebensbereiche	247
Die Sphären	281
Dimensionen und Sprünge	284
Die Bedürfnisse	287
Die Lektionen	293
Der Kompass.....	302
Hafen und Ziel.....	302

Wie bin ich.....	307
Orientierung und Wohlgefühl.....	315
Der Fahrer	322
Wer fährt?	322
Definition Bewusstsein.....	328
Der Fahrer, mehr als nur Autopilot?	338
Verkabelt? Wer und wie?	349
Wo beginnt Veränderung?	354
Es verändert sich etwas. Und wie?	367
Der Weg.....	376
Zwei Systeme – sich treiben lassen oder rudern	376
Der Weg geht weiter	384
Orientierung	394
Kalibrierung: ein Nachtrag	405
Alles Walzer	412