

Alle Antworten liegen in dir.
Du musst nur die richtigen Fragen stellen.

ICH WOLLTE KEIN BUCH SCHREIBEN,
INDEM EIN RICHTIGER LÖSUNGSWEG
FÜR ALLE GEBOTEN WIRD.

DENN IN DEN SELTENSTEN FÄLLEN,
GIBT ES EINE PERFEKTE LÖSUNG,
DIE FÜR JEDEN PASST.

DESHALB HABE ICH DIE
WIRKUNGSVOLLSTEN ÜBUNGEN UND
FRAGESTELLUNGEN ZUSAMMENGESUCHT,
DIE JEDEN ZU SEINER PERSÖNLICHEN,
INDIVIDUELLEN LÖSUNG FÜHREN.

SELBSTERKENNTNIS & REFLEXION

Ich garantiere dir,
dass, wenn du dieses Buch
sorgfältig bis zum Ende ausarbeitest,
sich dein Leben grundlegend verändern wird,
sich deine Denkweise umstellt,
deine Ansichten revolutioniert werden
und du Wohlbefinden, Stärke
und zugleich Ruhe verspüren wirst.

1. VORWORT

Warum sind manche Menschen Helden und warum werden manche zu Verbrechern? Warum werden zwei Menschen, die im selben Haus aufwachsen und dieselben Erfahrungen machen, zu komplett unterschiedlichen Personen? Warum werden manche Menschen psychisch krank und warum sind andere gefühlstaub und halten allem stand? Warum werden manche

süchtig? Warum sind einige wenige erfolgreich und so viele andere Menschen nicht? Wer hat Glück? Warum? Haben sich diese das Glück verdient oder ist es ihnen zugefallen? Warum sind viele Menschen im Dauerstress und warum war das früher nicht so?

Welche Faktoren sind für das bewusste und unbewusste Verhalten von Menschen verantwortlich?

Warum sind Menschen zu der Person geworden, die sie heute sind? Warum verhalten sie sich, wie sie sich verhalten? Mein Leben lang bin ich auf der Suche nach Antworten auf diese Fragen.

Die Motivation, Menschen zu verstehen, in Kombination mit meiner Erfahrung als Angst-