



Astrid-Beate &  
Christoph Oberdorf

# »Ja!«

Wie die Kraft der  
Bejahung Ihr Leben  
verändert



# Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
<b>Die Kunst der Lebensmeisterschaft</b>	13
Gesetz der Polarität	24
Gesetz der Vergänglichkeit	27
Ego-Bewusstsein versus Erleuchtung	30
Testen Sie Ihr »Ja!« zum Leben	34
Die Reise des Lebens	42
<b>7 Bejahungen für echten Frieden, Freude und Fülle</b>	
1. Bejahung: Versöhnung	45
2. Bejahung: Akzeptanz	59
3. Bejahung: Fokussierung	69
4. Bejahung: Mut	83
5. Bejahung: Wertschätzung	95
6. Bejahung: Realitätsgestaltung	111
7. Bejahung: Sein	123
<b>Der »Ja!«-Code</b>	133
Wirkungsweise des »Ja!«-Codes	137
Epilog	139
Quellenangaben	140

# Vorwort

## **Wie es zu diesem Buch kam**

Vor einem Jahr bat uns unsere Verlegerin Diana Schulz, ein Buch über »Neues Denken im Business« zu schreiben. Inzwischen ist es, zusammen mit einer gleichnamigen Meditations-CD, unter dem Titel »Innere Transformation – Äußerer Erfolg« veröffentlicht worden.

Während des Schreibens fiel uns auf, dass die Kraft der Bejahung noch nicht im Bewusstsein vieler Menschen angekommen ist. Obwohl Bejahungen eine magische Wirkung haben: Sie können Probleme in Lösungen verwandeln, neue Lebensgeister wecken und Frieden, Freude und Fülle ins Leben ziehen. Und obwohl Bejahungen der Schlüssel zu einem erfüllten Leben sind, führen sie in unserem Kulturkreis oft noch ein Schattendasein. Dieses Buch möchte das ändern.

## **Winzige Wunderwaffe**

Ja – die beiden Buchstaben haben es echt in sich. Oft schenken wir ihnen im Alltag wenig Aufmerksamkeit. Zu Unrecht, wie wir glauben. Häufig verändert dieses kleine Wort ein ganzes Leben – nicht nur bei Hochzeiten. Ein ehrliches Ja kann viel mehr.

Ein bedingungsloses Ja zu uns selbst kann Selbstzweifel beenden und Selbstliebe fördern. Ein wertschätzendes Ja zum eigenen Werdegang kann die Vergangenheit heilen. Ein annehmendes Ja zum Augenblick kann Türen in eine neue Wirklichkeit eröffnen. Ein wohlwollendes Ja zu unserem Gegenüber kann der Grundstein für eine bereichernde Beziehung sein – beruflich und privat.

Vielfach entsteht aus der bewussten Entscheidung, Ja zum Jetzt zu sagen, übersprudelnde neue Lebenslust. Und genau darum geht es in diesem Buch: Daseinsfreude, Gelassenheit und Wohlbefinden.

## **Was erwartet Sie?**

Klein, aber fein. Selbst wenn es ein kleines Buch ist, kann es eine großartige Wirkung haben. Profund und praktisch wird es Ihnen ermöglichen, ›Probleme‹ und ›Schwierigkeiten‹ in einem neuen Licht zu sehen. Unser Wunsch ist es, dass Sie nach dem Lesen des Buches mit mehr Gelassenheit durchs Leben gehen. Wir wünschen Ihnen, dadurch mehr Frieden, Freude und Fülle in Ihr Leben zu ziehen.

Dazu zeigen wir Ihnen, wie Sie verbreitete Verwechslungen im Denken beenden und sich aus negativen Grundgedanken befreien. Zugleich gehen wir darauf

ein, was das Leben manchmal so schwer macht und wie es leichter geht.

Klar und konkret beleuchten wir die hohe Kunst der Lebensmeisterschaft, sieben Bejahungen, die zum Gipfel der Gelassenheit führen, und den »Ja!«-Code, der Sie souveräner und sicherer Ihren Weg gehen lässt. Gleichgültig warum Sie das Buch lesen, wir wünschen Ihnen, dass Sie die für Sie passenden Impulse finden. Sicher werden Sie das. Denn in diesem Buch geht es nicht um ein neues Konzept über das Leben. Es geht um das Leben, Ihre Essenz und um die wahre Wurzel allen Unbehagens und darum, wie Sie davon frei werden.



## Erhellende Erfahrung

Vor Jahren verbrachten wir unseren Sommerurlaub in Kroatien. Die kleine Insel Sipan war der perfekte Ausgangspunkt für einen erholsamen Aktivurlaub. Direkt am ersten Tag ging es mit den Mountainbikes ins Gelände. Auch wenn dieses Atoll recht klein ist, so wurde die Tour durch das ständige Bergauf- und Bergabfahren schnell anspruchsvoll. Unser Guide, ein erfahrener Biker, war nicht zimperlich mit uns.

Die Sonne brannte erbarmungslos auf uns herunter. Schon ohne Sport schwitzten wir aus allen Poren. Trotz Hitze strampelten wir einen nach dem anderen Hügel hoch, nur um auf der anderen Seite wieder runterzurollen. Mal ging es über Asphalt, mal über Schotter, Lehm oder Waldboden.

Meine (Astrid-Beate) anfängliche Euphorie verblasste. Plötzlich kamen mir die ersten Zweifel: »Warum tue ich mir das an?«, »Warum habe ich nicht einfach einen Strandurlaub gebucht?«, »Wieso kann ich nicht wie andere ganz entspannt ...?«

Je weiter wir fuhren, desto unzufriedener wurde ich. Ich war kurz davor, meinen Entschluss, mit einer Sportgruppe gereist zu sein, zu bereuen. Dann bat uns unser Guide, unsere Räder abzustellen. Die letzten hundert Meter zu unserem Ziel konnten wir nur über Geröll und durch Dickicht aufsteigen. Meine Beine

taten weh. Innerlich kochte ich. Das Ganze nervte mich. Dann geschah etwas Elementares. Plötzlich war alles anders. Meine Unzufriedenheit schlug um in eine kindliche Freude. Meine innere Enge verwandelte sich in wahrnehmbare Weite. Mein unterschwelliges Nein wurde zu einem bedingungslosen Ja.

Wir waren auf einem Plateau angekommen, am obersten Punkt der Insel. Durch den uneingeschränkten Rundumblick auf die Nachbarinseln und das Festland bekamen die Strapazen plötzlich Sinn. Der 360-Grad-Blick über das Elaphiten-Archipel war atemberaubend. Jede Anstrengung, die ich zuvor verflucht hatte, schien plötzlich eine Bedeutung zu erhalten.





Warum erzähle ich Ihnen diese kleine Episode? Diese Erfahrung erinnerte mich an die Kraft und Macht, die wir gewinnen, wenn wir über das Gewohnte hinausgehen. Diese Radtour spiegelte meine unbewussten Widerstände gegen das Leben. Wie so oft war ich unbewusst ins Drama meiner eigenen Destruktivität getappt. Wie so oft verwehrt ich mir selbst die Leichtigkeit des Lebens. Wie so oft war es mein Widerstand, der meine Lebenssituation mühsam und schwer machte.

Erst der Blick aus der höheren Perspektive machte mir vieles bewusst. Ich erkannte, wie albern meine Widerstände waren. Was ich unten als beschwerliche Erfahrung empfunden hatte, schenkte mir oben ein Gespür für meine wahre Essenz. Die ganze Zeit war ich so in meinen Gedanken und Gefühlen gefangen gewesen, dass ich das Wesentliche nicht wahrnahm. Erst die bewusste Veränderung meines Fokus schaffte die Wendung. Ein und dieselbe Situation sah plötzlich anders aus. Mit etwas Abstand war jegliches Leid verschwunden. Stattdessen erfüllte mich eine allumfassende Freude und Zufriedenheit.

Im Nachhinein musste ich schmunzeln. Was für eine unnötige Energieverschwendung. Gleichzeitig war ich froh: Die Lektion saß! Die nächsten Touren fuhr ich in einem anderen Bewusstsein.

# Die Kunst der Lebensmeisterschaft

## Entwicklung

Lassen Sie uns realistisch sein. Wann öffnen Sie sich für wirkliche Veränderung in Ihrem Leben? Wahrscheinlich erst nach unzähligen Situationen voller Streit, Schmerz, Schwierigkeiten und Scheitern. Einfach so, aus dem Nichts heraus, ändert sich kein Mensch. Erst kleinere oder größere Katastrophen, Konflikte und Krankheiten wecken in uns die Bereitschaft, über unser Ego-Bewusstsein hinauszuwachsen.

Wir können also sagen: Schwierigkeiten sind nicht sinnlos. Im Gegenteil. Sie sind dazu da, eine radikale innere Wandlung zu vollziehen – zu erwachen. Sie dienen als Katalysator auf dem Weg von der Hölle in den Himmel. Sie ermöglichen uns, das Bewusstsein zu weiten, zu schulen und zu vertiefen. Mystiker meinen, sie verhelfen uns vom Drama zur Göttlichkeit.

### 1. Blindheit:

Wir haben eine Krise. Wir sind unglücklich und zugleich unbewusst und unwissend.

### 2. Wut:

Je unzufriedener wir werden, desto mehr wird uns die Entfremdung von unserer Essenz bewusst.

### **3. Einsicht:**

Unsere Bereitschaft wächst, alte Gewohnheiten zu überwinden.

### **4. Hingabe:**

Wir öffnen uns für die spirituelle Suche und neue Erfahrungen. Wir erkennen: Alle Wahrheit ist in uns.

### **5. Transformation:**

Die Zeit der Prüfungen beginnt. Wir reinigen unser grobstoffliches Leben. Gleichzeitig öffnen wir uns für subtilere Erfahrungen.

### **6. Wissen:**

Der Vorhang der Verschleierung fällt. Eine entscheidende Schwelle wird überschritten – ›Erleuchtung‹ wird möglich.

### **7. Einssein:**

Das höhere spirituelle Leben beginnt. Die bedingungslose Hingabe an das Göttliche geschieht.

*»Wir neigen dazu, uns auf die ›Zwänge‹ des täglichen Lebens einzulassen, die wir mit dem Leben verwechseln.«*

Vera F. Birkenbihl



## Normalität

Keiner will schmerzhaft Erfahrungen, trotzdem sind sie normal: Wie oft fühlen Sie sich im Alltag verletzt, ausgenutzt oder schlecht behandelt? Wie häufig haben Sie das Gefühl hin- und hergestoßen zu werden und nichts dagegen tun zu können? Was haben Sie schon alles unternommen, um endlich in Frieden leben zu können?

Aus unserer Coachingpraxis wissen wir: Manche Menschen kämpfen oft über Jahre hinweg, um die Liebe der Eltern zu bekommen, nach der sie sich sehnen. Unzählige Menschen ziehen täglich in den Kampf, um Geld zu verdienen oder die Anerkennung der Vorgesetzten zu gewinnen. Andere kämpfen, um Krankheiten zu heilen, Beziehungsprobleme zu beenden, die eigenen Schwächen loszuwerden ...

Wir befinden uns im Kampf, weil Umstände unser Leben bestimmen – nicht wir selbst. Viele Konflikte entwickeln sich, weil wir uns damit abgefunden haben, gelebt zu werden. Viel Leid entsteht, weil wir vergessen haben, wer wir wirklich sind. Die Welt, wie wir sie wahrnehmen, erscheint wie ein unvollkommener Ort. Während sich unser Ego-Bewusstsein auf die ›böse‹ Welt konzentriert, verleugnet es unser wahres Wesen.

## Erwachen

Selten denken wir im Alltag daran, dass wir Geistwesen sind. Noch seltener denken wir an unsere Seele und unsere Schöpfungskraft. Wenn Sie sich bisher noch wenig oder gar nicht mit Spiritualität beschäftigt haben, klingen diese Aussagen vielleicht erst einmal befremdlich für Sie. Damit sind Sie nicht alleine.

Uns ging es anfangs ähnlich. Viele Menschen sind überrascht, wenn sie mit Problemen zu uns kommen und wir ihnen mitteilen, dass alle Probleme den gleichen Ursprung haben. Viele sind erstaunt, dass es eigentlich immer nur ein Problem gibt. Und das heißt: Unbewusstheit. Oder anders ausgedrückt: mangelnde Bewusstheit. Sie ist das Übel unserer Zeit.

Jetzt wird es spannend: Wenn alle Probleme nur eine Ursache haben, brauchen Sie logischerweise auch nur eine Lösung. Gleichgültig, ob Sie derzeit Stress im Beruf, in der Beziehung, mit der Gesundheit oder dem lieben Geld haben, die Zeit ist reif, die Zusammenhänge zu verstehen.

Eckhart Tolle, der spirituelle Meister sagt: »Alles Unheil ist das Resultat von Unbewusstheit. Du kannst Resultate von Unbewusstheit mildern, aber du kannst sie nicht ausrotten, wenn du nicht ihre Ursache ausrottetest. Wahre Veränderung geschieht im Inneren, nicht außen.«

Es ist also zwecklos, gegen Konflikte, Krankheiten und Kriege zu kämpfen. Unser Widerstand macht sie erst richtig mächtig. Erst wenn wir aufhören, auf der Symptomebene zu kämpfen, können wir Unheil beenden. Wenden wir uns dazu einfach der Ebene der Ursache zu.



## **Menschsein verstehen**

Wenn wir in irdischen Schwierigkeiten stecken, ist es nicht immer leicht, die spirituelle Sichtweise zu akzeptieren. Auch wenn es Ihnen im Alltag nicht bewusst ist, werden Sie jederzeit von einer inneren Weisheit gelenkt. Was auch immer gerade geschieht, es entspricht genau dem, was für Ihr Seelenheil das

Beste ist. Je eher wir diese Zusammenhänge verstehen, desto weniger werden wir leidvolle Situationen der Gegenwart, auch in der Zukunft präsentiert bekommen.

So seltsam es klingt – siebzig bis achtzig Prozent Ihrer Lebensgestaltung werden von Ihrer Seele und Ihrem Seelenplan bestimmt. Verständlich, denn ein großer Teil unseres Lebens wird durch das große Ganze beeinflusst: kollektive Umwälzungen wie Wirtschaftskrisen, Kriege, Hungersnöte und Naturkatastrophen. So erklären Dr. Varda Hasselmann und Frank Schmolke, anerkannte Seelenexperten, diese hohe Zahl.

Wenn diese Aussage jetzt Widerstand in Ihnen auslöst, lassen Sie uns anschauen, was wir damit aussagen wollen, nämlich: Zwanzig bis dreißig Prozent unserer Erfahrungen werden durch unsere freie Entscheidung beeinflusst. Erstaunlich: Was sich im ersten Moment wenig anhört, wird oft gar nicht beansprucht. Damit landen wir bei der Frage, warum Menschen denn nun unglücklich und unzufrieden sind?

Nie, weil ihr Leben von Ihrer Seele und Ihrem Lebensplan gelenkt wird. Vielmehr entsteht Unzufriedenheit, wenn wir Widerstand gegenüber dem natürlichen Lauf unseres Lebens aufbauen. Es ist einzig und allein unser Widerstand, der nicht gerade zu den idealsten, glücklichsten und natürlichsten Erfahrungen führt.





# 1. Bejahung: Versöhnung



## Versöhnung: »Ja! Ich bin versöhnt.«

»Ohne Verzeihen kein Gedeihen.«  
Alfred Selacher (\*1945)

### Scham- und Schuldgefühle

Schuldkonzepte sind ein Albtraum. Die Spaltung, die sie im Bewusstsein bewirken, haben fatale Folgen. Bisher wussten wir Menschen noch nicht viel über die schwerwiegenden Konsequenzen. Wenn Sie immer wiederkehrende Schwierigkeiten in Ihrem Leben beenden wollen, bietet Ihnen dieses Kapitel nicht nur die erste Bejahung, sondern auch das Fundament für nachhaltigen Frieden.

Egal wohin man sieht: In unserer Kultur ist es normal geworden, andere oder sich selbst für irgendetwas zu beschuldigen. Fortlaufend werfen Menschen anderen etwas vor. Andauernd verurteilen sich Menschen selbst. Ständig sind die meisten von uns auf der Suche nach Schuldigen für Fehler, Missgeschicke und Dummheiten. Verurteilungen und Bewertungen sind an der Tagesordnung.

Das Unheilvolle ist: Immer wenn wir glauben, andere seien Schuld an unserer Situation, haben wir vergessen, dass wir damit unsere Macht abgeben. Immer wenn wir glauben, wir hätten einen unverzeihlichen

Fehler gemacht, werden wir erleben, wie Schamgefühle uns jegliche Lebensenergie rauben. Fakt ist: Scham- und Schuldgefühle können Leben vernichten, nicht nur durch Kriege im Außen, sondern auch durch geistige Kriege in uns.



## **Selbstreflexion**

Es ist erstaunlich, wie viele Menschen sich mit Scham- und Schuldgefühlen rumschlagen. Wie ist es bei Ihnen: Gibt es Schuldgefühle, die den Fluss Ihres Lebens behindern? Verspüren Sie Rachegefühle in Ihrem Herzen? Verachten Sie jemanden, vielleicht aus Ihrer Familie, weil er oder sie etwas ›Schlimmes‹ getan bzw. unterlassen hat? ... Oder umgekehrt: Schämen Sie sich für etwas, das Sie in der Vergangenheit getan bzw. unterlassen haben? Möchten Sie sich manchmal am liebsten verstecken, weil Sie Angst haben, jemand

könnte etwas Unangenehmes über Sie herausfinden? Ziehen Scham- und Schuldgefühle Sie immer wieder in die Vergangenheit zurück? Gibt es Erfahrungen, von denen Sie noch nicht loslassen konnten? ...

Claudia ging es lange so. In ihrer Jugend hatte sie sich angewöhnt, ständig andere für ihre Lebenssituationen verantwortlich zu machen. Egal ob es der frühe Verlust ihres Vaters war, die Abwesenheit der Mutter, die nach seinem Tod das Geld verdienen musste, oder die Klassenlehrerin, mit der sie nicht zurechtkam. Für ihre Eskapaden in der Pubertät machte sie Gott und die Welt verantwortlich. Statt zu lernen, betrank sie sich, klaute und kümmerte sich nicht um ihre Zukunft.

Irgendwann war das vorbei. Ihre Schuldzuweisungen schlugen um. Fortan verurteilte sie sich selbst. Als wir sie kennenlernten, schämte sie sich, ihre Schulzeit nicht besser genutzt zu haben. Sie fühlte sich als Versagerin. Ihre Gefühle hatten sich geändert, die zerstörerische Bewusstseinsebene aber nicht. Manchmal findet die Verschiebung der Verurteilung von einer Person auf eine andere statt. Doch das ist keine Lösung. Die Lösung findet statt, wenn wir hinter unsere Erfahrungen blicken und uns selbst als Ursache erkennen.

## Schwingungsmeer

Eines der größten Mysterien im Universum ist nach wie vor unser Sein im großen Quantenozean. Während wir selten darüber nachdenken, steuern unsere Gedanken, Gefühle und Handlungen, wohin uns der Lauf unseres Lebens bringt.

Wenn wir innere Widerstände loslassen können, kann das Leben im Gegenzug freudvoller, leichter und energievoller verlaufen. Wieso? Die Welt, so wie wir sie normalerweise wahrnehmen, ist eine Illusion. Anfangs überrascht die Aussage viele: Materie ist nicht aus Materie. Materie besteht aus Energie. Je nach Energieschwingung formt sich daraus Materie.

Das heißt: Wir alle schwimmen in einem unendlich großen Schwingungsmeer. Ständig korrespondieren wir miteinander über ein großes Quantenfeld. Auch wenn wir es nicht beachten, so ist es unsere Einstellung bzw. Frequenz, die darüber bestimmt, womit wir in Resonanz gehen. Unsere Einstellung bestimmt, was wir erleben.

Oder anders ausgedrückt: Alles, was Sie umgibt, ist pulsierendes, lebendiges Bewusstsein. Alles, was Sie sind, ist diese Energie des Lebens, der Strom des ewigen Seins. Sie selbst sind Teil eines riesigen Bewusstseinsfeldes. Sie selbst sind das Leben.

## Leben ist Licht

Nehmen wir eine einfache Analogie zu Hilfe, damit es keine Missverständnisse gibt: Stellen Sie sich vor, so wie der Dimmer einer Lampe die Menge der ausstrahlenden Lichtenergie reguliert – von schummrig bis hell strahlend –, so steuert Ihr Energiemuster bzw. Ihr Bewusstsein die Helligkeit oder Dunkelheit in Ihrem Leben.

Energiemuster spiegeln sich also in den jeweiligen Erfahrungen wider. Unser Bewusstsein zeigt sich in unserer Lebendigkeit, Lebensfreude und unserem Licht. Sind unsere Gedanken, Gefühle und Geschichten voller Widerstand, dimmt unser Energiemuster unsere Lebendigkeit. Folglich wird unsere Lebensfreude geringer und unser Licht strahlt schwächer.

Sind unsere Gedanken, Gefühle und Geschichten hingegen voller Bejahungen – also frei von Widerständen –, kann unsere Lebendigkeit uneingeschränkt zum Ausdruck kommen. Somit strahlt unser Licht und unsere Lebensfreude trägt uns.

Haben Sie beim Lesen festgestellt, dass Sie schon einmal eine ähnliche Erfahrung wie Claudia gemacht haben? Haben Sie Ihren Eltern, Expartnern, Kindern oder Arbeitgebern oder einem guten Freund etwas einfach nicht verzeihen können? Haben Sie gespürt, dass diese Schuldzuweisungen Sie heruntergezogen

und immer wieder aufs Neue belastet haben? Haben Sie trotzdem nicht gewusst, wie Sie es ändern sollten? Vielen ergeht es ähnlich.

Solange wir nicht wissen, dass Schuldkonzepte uns im Schwingungsmeer auf die unterste Bewusstseinsstufe ziehen – warum sollten wir uns dann von ihnen lösen?

## **Verantwortung statt Verstrickung**

Wir sind davon überzeugt, dass wir Menschen die Fähigkeit haben, unser Schicksal radikal zu verändern. Wir haben es am eigenen Leib erfahren und bei vielen Kunden gesehen. Wann immer Sie mehr Licht in Ihr Leben bringen wollen, liegt die Chance dazu in Ihnen – im Hier und Jetzt.

Sie können weiter wütend auf sich selbst sein, weil Sie Fehlentscheidungen getroffen haben. Sie können weiter enttäuscht sein, weil Sie keine andere Vergangenheit hatten. Sie können weiter andere anklagen und Ihre Gefühle auf sie projizieren. Sie können sich selbst beschimpfen und kleinhalten. All das können Sie tun. Es wird Sie allerdings nicht weiterbringen.

Es gibt nur eines, das Sie wirklich weiterbringt: Verantwortung zu übernehmen und sich mit der Vergangenheit zu versöhnen.



## **Bewusste Beendigung**

»Trotzdem Ja zum Leben sagen«, lautet eine kraftvolle Botschaft. Sie stammt von Viktor Frankl, einem erfahrenen Psychologen. Der Urheber der Logotherapie ist davon überzeugt: »Versöhnung ist ein sinnvoller Ausweg aus Katastrophen.«

Können Sie mit dem Gedanken etwas anfangen oder glauben Sie, Versöhnung wäre davon abhängig, was jemand erlebt hat? Manche Menschen denken so. Umso mehr überraschte es, dass diese Worte aus dem Mund eines Mannes stammen, der etwas erlebt hat, was kaum zu ertragen ist. Frankl hat in Konzentrationslagern fast seine ganze Familie verloren. Jahre lang lebte er in Todesangst und war der brutalen Willkür der Nazis ausgeliefert. Er hat aus den Gräueltaten, die er selbst erlebte, für sich und andere eine Überlebensstrategie entwickelt. Er ist das beste Beispiel dafür, dass wir qualvolle Erfahrungen nutzen können, um aus ihnen etwas Bereicherndes zu machen.

Schauen wir hin: Egal was uns jemals passiert ist, wir haben es überlebt! Gleichgültig wofür wir jemanden anklagen oder uns schämen, es ist vorbei. Welche Erinnerungen uns derzeit an die Vergangenheit binden, wir können uns davon lösen – jetzt.

## Epilog

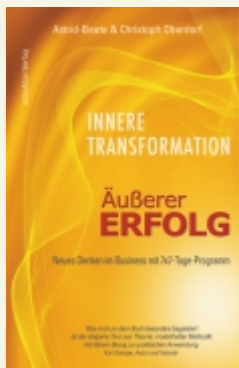
In unserem Buch *Innere Transformation – Äußerer Erfolg* offenbarten wir einen Traum von uns. Ein Teil davon lautet: »[...] Wir haben den Traum, dass Sie jeden Tag begeistert sind, weil Sie dann begeisternde Lebensräume erschaffen. Wir haben den Traum, dass Sie niemals unter quälenden Widerständen leiden, sondern einfach Ihre Energie und Einstellung verändern, um Widerstände zu neutralisieren. [...]«

Wir alle können lernen, das Leben in jedem Moment zu bejahen. Wir alle können die Fähigkeit entwickeln, die Gaben des Lebens zu genießen, sein Gleichgewicht zu achten, die Zeiten des Wandels zu würdigen und unser Sein zu feiern. Die Zeit ist reif, der Stimme der Seele zu folgen, den eigenen Pfad zu beschreiten, dem Klang des eigenen Herzens zu lauschen. Wir sind in freudiger Erwartung der Entscheidungen, die jeder von uns treffen wird.



# Neues Denken im Business

von Astrid-Beate und Christoph Oberdorf



## **Innere Transformation – Äußerer Erfolg** *Neues Denken im Business mit 7x7-Tage-Programm*

320 Seiten, Hardcover  
ISBN: 978-3-937883-62-5  
Preis: 19,95 €

In *Innere Transformation – Äußerer Erfolg* erfahren Sie von sieben Prinzipien, die in Verbindung mit den eigenen Geisteskräften maßgeblich Ihren wirtschaftlichen Erfolg beeinflussen. Die Autoren zeigen Ihnen einen ganz pragmatischen Weg auf, wie Sie die All-Intelligenz in Ihrem Unternehmen aktivieren können und mithilfe von Geisteskräften erkennen, welche Potenziale Sie schon gut nutzen und wo bzw. wie Sie noch Ressourcen aktivieren können.

Wenn Sie bereit sind für tief greifende Veränderungen in Ihrem Leben, wird Ihnen dieser Ratgeber viel Freude bei der Umsetzung machen und Ihre Transformation wird sich in spürbarem Erfolg im Außen manifestieren.

# Einfach loslegen mit App, CDs oder Downloads



## **Innere Transformation – Äußerer Erfolg**

*Meditationen: 7x7-Tage-  
Programm*

Doppel-CD, 148 min

ISBN: 978-3-937883-66-3

Preis: 24,95 €

Sieben Erfolgsprinzipien und zwölf Geisteskräfte entscheiden, ...

- mit wie viel Standfestigkeit und Sicherheit Sie durch das Leben gehen
- wie gut Sie Ihre innere Stärke nutzen und Ordnung in Ihre Belange bringen
- wie sehr Sie Ihrer Weisheit vertrauen und spüren, wo Ihr Weg langgeht
- wie sehr Sie zu Selbstliebe und Mitgefühl fähig sind
- wie unternehmensfreudig Sie Ihr Inneres nach außen bringen
- wie gut Sie sich von Ihrer inneren Führung leiten lassen und Ihre Wahrhaftigkeit leben.

**Den Link zu der App und den Meditationen finden Sie  
unter: [www.echnaton-verlag.de](http://www.echnaton-verlag.de)**