

Was jetzt?

Wie Sie in Veränderungsprozessen eine authentische Antwort finden

Bearbeitet von
Thomas Vogel

2012 2012. Taschenbuch. vi, 142 S. Paperback
ISBN 978 3 8349 3268 6
Format (B x L): 14,8 x 21 cm

[Wirtschaft > Wirtschaftswissenschaften: Allgemeines > Wirtschaftswissenschaften:
Sachbuch und Ratgeberliteratur](#)

schnell und portofrei erhältlich bei


DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beack-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

Inhaltsverzeichnis

Einführung 1

Teil I Glück einmal ganz logisch

Glück einmal ganz logisch 9

Teil II Die HeartSmart-Methode

Die HeartSmart-Methode 21

Was ich sehe, kann ich verändern 23

Raum schaffen für Neues 29

Selbstbeobachtung führt zu Achtsamkeit 39

Den größeren Funken zünden 47

Der eigene Vertrag macht verbindlich 59

Die Freundschaft mit der Angst 67

Ein volles Herz gibt von sich 71

Bewusstsein bringt Klarheit 91

Wählen können macht frei 99

Vom Herzen in die Beine 107

Wertschätzen schöpft Wert	115
 Teil III Das „Bigger Picture“	
Das „Bigger Picture“	125
 Schlusswort	
Fragen & Antworten	137
Der Autor	139
Literaturverzeichnis	141