

## **Inhaltsverzeichnis**

<b>Von der Entstehung dieses Reiseführers</b>	<b>9</b>
<b>I. Vom Finden und Wiederfinden herrlicher Lebensgefühle</b>	
<b>Endlich reisen</b>	<b>13</b>
<b>I.I Aufbruchsstimmung</b>	<b>15</b>
Alltägliches	15
Im Schlaraffenland	16
Der Reiseführer	18
Letzte Reisevorbereitungen	19
<b>I.II Die Reise beginnt</b>	<b>23</b>
Endlich Koffer packen	23
Reisebegleitung gesucht	24
<b>I.III Erste Rast</b>	<b>31</b>
Die Bedeutung des Reisebegleiters	31
Näheres Kennenlernen	34
<b>I.IV Wegenetze erkunden</b>	<b>36</b>
Wegweiser	36
<b>I.IV.I Der intuitive Weg</b>	<b>39</b>
Kopfkino	39
Der Reisebegleiter als Reiseführer	42
Der Lehrpfad für den intuitiven Weg	45
<b>I.IV.II Der rationale Weg</b>	<b>49</b>
Assoziationen für herrliche Lebensgefühle	49
Die Nutzung der positiven Assoziationen	52
Die Nutzung der negativen Assoziationen	54
Im Vorraum des Lehrpfades	56
Der Lehrpfad für den rationalen Weg	58

<b>I.V</b>	<b>Zweite Rast</b>	68
	Mein Tier – mein Reisebegleiter	68
	Mein Tier – was kann es?	70
	Mein Tier – woher kommt es?	71
<b>II.</b>	<b>Von der Entscheidung für herrliche Lebensgefühle An der Weggabelung</b>	75
<b>II.I</b>	<b>Die entscheidende Frage</b>	77
<b>II.II</b>	<b>Die entscheidende Antwort</b>	78
<b>III.</b>	<b>Vom Leben mit herrlichen Lebensgefühlen Antworten finden</b>	81
	<b>Das Ausflugsprogramm</b>	83
	<b>Ausflug I „Von herrlichen Lebensgefühlen“</b>	87
	<b>1. Teilstrecke:</b>	
	<b>Wo finde ich herrliche Lebensgefühle?</b>	
	Vom Unterbewusstsein in das Bewusstsein	87
	<b>2. Teilstrecke:</b>	
	<b>Wie aktiviere ich herrliche Lebensgefühle?</b>	94
	Ersatzbefriedigungen und echte Tiererlebnisse	94
	Die Aktivierung von Tiermomenten	96
	<b>Ausflug II „Vom Lebensstrom“</b>	100
	<b>1. Teilstrecke</b>	
	<b>Wie gestaltet sich mein Lebensstrom?</b>	
	Die Bilanz des Lebensstromes	100
	Mein persönlicher Lebensstrom	106

<b>2. Teilstrecke</b>	
<b>Wieviel herrliches Lebensgefühl brauche ich?</b>	108
Der Wohlgefühlbedarf	108
Von Springbrunnen, Fontänen und Wasserfällen	110
Die Lebensqualität	112
Die Sogwirkung	114
<b>Ausflug III „Von Veränderung“</b>	115
<b>Wie kann Veränderung gelingen?</b>	
Veränderungen und ihre Tücken	115
Warum halten wir an Verhaltensmustern fest?	117
Wann ist eine Veränderung notwendig?	122
Wie kann Veränderung gelingen?	122
Ich will herrliche Lebensgefühle	125
<b>IV. Vom Ursprung herrlicher Lebensgefühle</b>	
<b>Die Ankunft</b>	129
<b>IV.I Unser Wesen</b>	131
Angekommen	131
Unser Wesen	133
Drei Annahmen	136
Wesen und Intuition im Miteinander	137
<b>IV.II Im Einklang mit dem Wesen leben</b>	140
Im Einklang mit dem Wesen leben	140
Wie wir vom Weg abkommen	143
<b>V. Anhang</b>	149
<b>V.I Tierische Assoziationssammlung</b>	151
<b>V.II Dank</b>	173