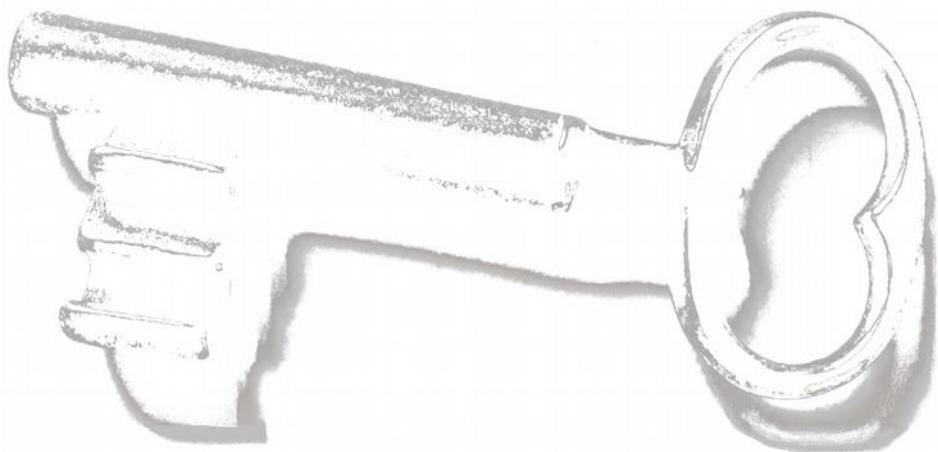


# *Der Schlüssel zum Glück*

---

---



# Der Schlüssel zum Glück



Wie Du nachhaltig glücklich werden kannst!

Eine philosophische Betrachtung

© J. J. Ebel 09/2021

<https://jjebel.de>

# Der Schlüssel zum Glück



## Inhaltsverzeichnis

Vorwort	S. 3
Was ist Glück?	S. 5
Die Macht des Unterbewusstseins	S. 7
Was muss ich tun um glücklich zu sein?	S. 11
Wie erreiche ich mein Ziel?	S. 15
Die Wirkung in die Zukunft	S. 19
Der Sinn des Lebens	S. 21
Ein Tipp für den Augenblick	S. 25
Anhang: Hilfreiche Links	S. 28

Dieses Ebook darf für private Zwecke vervielfältigt, kopiert, ausgedruckt und geteilt werden. Jede Art der Veränderung oder gewerblichen Nutzung ist ohne schriftliche Erlaubnis des Autoren untersagt!

**Mut steht am Anfang des Handels, Glück  
am Ende**

(Demokrit, 460 – 371 v. Chr.)

## Vorwort

---

**W**enn Du dieses Buch liest, dann hast Du den Wunsch etwas zu ändern! Das ist gut! Denn das Leben ist Veränderung. Jahrelang ging es mir so, wie Dir jetzt vielleicht:

Ich wollte etwas ändern, war mit der aktuellen Situation unzufrieden und insgesamt eher unglücklich.

Dass ich etwas tun musste, war klar – nur was?

An dieser Frage kann man sich jahrelang die Zähne ausbeißen, denn im Elternhaus, in der Schule oder an der Universität wird alles mögliche gelehrt, aber praktisches Leben gehört nicht dazu.

Den Eltern kann man allerdings keinen Vorwurf machen, denn sie haben es selber nicht gelernt und können es von daher auch nicht an den Nachwuchs weiter geben. Was sie Dir weitergeben haben, sind die Glaubenssätze, die sie für richtig halten, entweder, weil sie diese als für ihr Leben richtig erfahren haben, oder weil sie diese ihrerseits schon von ihren Eltern übernommen haben.

Diese Prägung findet unterbewusst in den ersten Lebensjahren statt, sie nachträglich zu ändern ist Arbeit, die die meis-

ten Menschen nicht auf sich nehmen. Daher ist zwischen Eltern und ihren Kindern oft eine verblüffende Ähnlichkeit zu finden, die oft mit der *Macht der Gene* beschrieben wird, tatsächlich hat das mit den Genen aber nichts zu tun (abgesehen von äußerlicher Ähnlichkeit).

Dazu ein Beispiel: Wenn ein Kind aus einem reichen Elternhaus *nie Mangel* erfahren hat, wird es auch den Glaubenssatz *ewiger Fülle* übernommen haben, während ein Kind von *armen* Eltern den Glaubenssatz des *ewigen Mangels* übernommen hat.

Dass das Kind aus *armem* Elternhaus *Millionär* wird, ist äußerst unwahrscheinlich. Warum?

Das erfährst Du im zweiten Kapitel!

# Was ist Glück?

---

Kann man Glück definieren?

**W**as ist Glück? - gibt es dafür überhaupt eine allgemeingültige Definition? Vielleicht am ehesten die, dass eine allumfassende Zufriedenheit einen erfasst hat.

Viele Menschen machen ihr Glück abhängig von äußeren Einflüssen:

- zu meinem Glück fehlt mir Gesundheit
- zu meinem Glück fehlt mir noch die Summe x auf dem Bankkonto
- zu meinem Glück fehlt mir noch der passende Partner
- zu meinem Glück fehlt mir ...

In aller Regel machen wir uns weniger Gedanken darüber, warum wir glücklich sein könnten, sondern eher darüber, was unserem Glück im Weg steht!

Das ist prinzipiell eine völlig falsche Herangehensweise!

Denn wenn wir unseren Focus immer auf den Mangel richten, statt auf das, was wir bereits *besitzen* (im weitesten Sinne, nicht allein materieller Besitz!), kommen wir nie an den Punkt, wo wir wahres Glück empfinden.

Das hat mit dem im folgenden Kapitel beschriebenen Problem zu tun, mit welchem sich die meisten von uns herum schlagen müssen!

Denn dass ein Manko an Gesundheit, Geld, Macht, Partnerschaft, oder ... nicht das Glückliche verhindern, können wir dank des www jederzeit nachlesen.

Egal, was uns vermeintlich einschränkt, im Internet finden wir Beispiele, wie irgendjemand mit einen ähnlichen – oder sogar schlimmeren 'Schicksal' schlicht nichts darauf gibt und sich über Grenzen, die Ärzte, Finanzgurus oder andere Profis als gegeben gesetzt haben.

Umgekehrt wäre richtig: Lassen wir zu, dass wir uneingeschränkt glücklich sind, dann steht uns die ganze Welt offen. Es gibt dann schlicht keine Schranken mehr, wir können tun, was immer wir wünschen – und das macht uns glücklich!

# Die Macht des Unterbewusstseins

---

---

Wie die Vergangenheit Dein Leben beeinflusst

**W**ie im Vorwort geschildert, hast Du eine Menge Glaubenssätze von Deinen Eltern übernommen. Andere Glaubenssätze hast Du selber kreiert, indem Du bestimmte Erfahrungen gemacht hast, womöglich auch noch mehrfach, so dass daraus ein Glaubenssatz in Deinem Unterbewusstsein entstanden ist.

Dazu ein Beispiel: Wenn Du (mehrfach) die Erfahrung gemacht hast, dass das Auto, was Du gerade eben gekauft hast, nach wenigen Kilometern schon liegen bleibt, wirst Du aller Wahrscheinlichkeit nach beim nächsten Autokauf schon Wochen vorher Unwohlsein spüren und davon ausgehen, dass Du mit dem neuen Auto wieder liegen bleibst. *Erfahrungsgemäß* gehst Du also vom schlimmsten Fall aus.

Warum?

Weil die Vergangenheit in Deinem Unterbewusstsein den Glaubenssatz erzeugt hat, dass Autos eben kurz nach dem Kauf liegen bleiben.

Das lässt sich natürlich auf jeden anderen Bereich des Lebens übertragen.

Ein weiteres Beispiel: Wenn Dein Partner Dich betrogen hat, wirst Du Schwierigkeiten haben einem neuen Partner wieder komplett zu vertrauen, weil Du unterbewusst erwartest, wieder betrogen zu werden!

Das Ganze funktioniert natürlich nicht nur mit *negativen* Erlebnissen, sondern genauso gut mit (mehrfachen) *positiven* Erlebnissen. Wenn Du also, um beim ersten Beispiel zu bleiben, beim Autokauf ein tolles Schnäppchen gemacht hast, wirst Du beim nächsten Autokauf ja annehmen, wieder einen guten Deal zu erwischen.

Und auf diese Weise sammeln wir im Laufe des Lebens immer neue Glaubenssätze an, die uns im schlimmsten Fall im „Jetzt“ und in der Zukunft blockieren.

Die *positiven* Glaubenssätze sind nicht das Problem, denn die bestärken uns ja, wenn wir in einer vergleichbaren Situation stehen, im Handeln, daher lassen wir diese im folgenden unberücksichtigt.

Das Problem sind die *negativen* Glaubenssätze, denn die führen dazu, dass wir immer wieder vor dem gleichen Problem stehen und immer wieder am gleichen Problem scheitern.

Das ist so eine Art selbsterfüllende Prophezeiung.

Denn die vergangenen Erfahrungen haben Synapsen in Deinem Gehirn entstehen lassen, das heißt, ähnliche Situationen werden von Deinem Gehirn ähnlich bewertet, weil die entspre-

chende Verbindung zwischen zwei Hirnarealen gut ausgebaut ist. Damit lenkt Dich die Vergangenheit im Jetzt immer wieder auf die gleiche Bahn, ob Dir das schadet, ist Deinem Unterbewusstsein und erst recht der Vergangenheit herzlich egal.

Dein Unterbewusstsein beurteilt die Situation, in der Du gerade steckst, nämlich nicht nach *gut* oder *schlecht* sondern nur nach *bekannt* oder *unbekannt*.

Wenn die Situation neu ist, ist sie also im Unterbewusstsein *unbekannt*, und es hält sich quasi raus, ist sie aber *bekannt*, läuft der oben geschilderte Prozess ab, und Du rennst – bildlich gesprochen – wieder mit Anlauf vor die Wand.

Dass das auf Dauer unglücklich macht, dürfte klar sein.

Im Prinzip ist das wie ein großer Projektor oder Beamer: Was in Deinem Unterbewusstsein an Glaubenssätzen aus der *Vergangenheit* gespeichert ist, wird im *Jetzt* wie ein (vergrößertes) Bild in Dein Leben projiziert.

Das Unterbewusstsein erschafft quasi die Realität, durch die Du Dich bewegst. Du meinst zwar, bewusst Entscheidungen zu treffen, aber in Wirklichkeit ist das ein ziemlich raffinierter Selbstbetrug. Denn durch die tief verankerten Glaubenssätze steht Deine Entscheidung in den meisten Situationen schon vorher fest!

Glück ist kein Geschenk der Götter,  
sondern die Frucht innerer Einstellung

(Erich Fromm, 1900 - 1980)

# Was muss ich tun, um glücklich zu sein?

---

---

## Praktische Tipps

**J**etzt stellt sich unweigerlich die Frage, wie man aus diesem Teufelskreis heraus kommt, der auf der einen Seite verhindert, dass Du bewusste Entscheidungen fällen kannst, und auf der anderen Seite auch noch dazu führt, dass Du immer wieder vor den gleichen Problemen stehst und im schlimmsten Fall scheiterst!

Wie kann man sich von der Vergangenheit emanzipieren?

Leider hat unser Gehirn keinen pauschalen „Resetknopf“ – oder vielleicht auch zum Glück. Wir müssen daher daran arbeiten, uns den *kindlichen Optimismus* zurückzuerobern.

Dadurch kappen wir die Synapsen im Gehirn, die die gut ausgebaute Datenautobahn von der *Vergangenheit* ins *Jetzt* darstellen und können uns wieder unabhängig von den Erfahrungen der Vergangenheit entscheiden. Das bedeutet nicht, dass wir die Vergangenheit vergessen oder verdrängen! Nein!

Was wir einmal erlebt haben, bleibt natürlich in unserer Erinnerung erhalten, manches länger, manches weniger lang.

Im Prinzip machen es uns die kleinen Kinder richtig vor: Egal was gerade eben schlecht war, meist ist es nach kurzer

Zeit vergessen und irgendetwas anderes ist gerade unglaublich wichtig. Nun schleppen wir als Erwachsene natürlich einen ganzen Batzen an Glaubenssätzen mit uns herum. Das heißt, der erste Schritt besteht darin, zu erkennen, in welchen Lebensbereichen uns hinderliche Glaubenssätze begleiten.

Am besten machst Du Dir eine Liste, schreibe auf, welche Bereiche Deines Lebens betroffen sind (Beispiel: Finanzen, Partnerschaft, etc.). Drucke Dir diese Seite aus und schreibe auf, in welchen Bereichen Du etwas verändern möchtest:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Als nächstes überlege und schreibe auf, welche Glaubenssätze zu dem jeweiligen Lebensbereich Dich blockieren:

Lebensbereich	<i>negativer</i> Glaubenssatz
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Jetzt hast Du eine klare Vorstellung davon, in welchen Bereichen Du Optimierungsbedarf hast.

Falls Du Schwierigkeiten beim Erstellen der Listen hast, dann überlege, in welchem Bereich des Lebens Du unzufrieden oder unglücklich bist. Überlege, was Dir fehlt, dann kommst

Du darüber schnell auf die Idee, welchen Lebensbereich das Problem betrifft und welcher Glaubenssatz dahinter steht.

Ein Beispiel:

Das Problem: Du kannst Dir kein neues Auto leisten, obwohl Dein jetziges nicht durch den Tüv kommen wird.

Der Lebensbereich: Finanzen

Möglicher Glaubenssatz: – Geld ist schlecht  
– Ich bin es nicht wert  
– Ich habe immer zu wenig Geld

Wenn Du dann die Lebensbereiche und die Glaubenssätze analysiert hast, kannst Du daran gehen, die entsprechenden Verbindungen zwischen Vergangenheit und Jetzt bzw. der Zukunft zu kappen.

Denn das Gute ist: Synapsen im Gehirn werden abgebaut, wenn sie nicht mehr benutzt werden. Und für neue Erfahrungen werden neue Synapsen angelegt. Wenn Du also die alten Datenautobahnen der negativen Erfahrungen abgebaut hast, und neue Datenautobahnen, basierend auf positiven Glaubenssätzen, erschaffen hast, hast Du Dein Unterbewusstsein auf Zufriedenheit und Glück umprogrammiert!

# Wie erreiche ich mein Ziel?

---

---

Der Weg zum vollkommenen, nachhaltigen Glück

**S**tellt sich die Frage, wie man die Synapsen, also die Datenautobahnen im Gehirn, umbauen kann. Das ist leider nicht ganz einfach, da die bestehenden Datenautobahnen gut ausgebaut sind, weil sie ja schon lange Zeit benutzt werden. Es wird also auf der einen Seite eine Zeitlang dauern, bis die alten Synapsen abgebaut sind.

Die Gefahr ist, dass Du immer wieder in die gleichen Gedankenkreise kommst. Das bedeutet, Du benutzt wieder die alten, gut ausgebauten, negativ geprägten Datenautobahnen.

Das Gute ist: Wenn Du anfängst, neue Synapsen aufzubauen, werden die alten automatisch abgebaut, wenn sie nicht mehr benutzt werden. Das macht Dein Gehirn ganz automatisch für Dich!

Wichtig ist aber, deshalb die Einleitung des Kapitels, dass Du die alten Synapsen nicht mehr bewusst verwendest! Das ist von entscheidender Bedeutung. Denn nur, wenn auf den alten Datenautobahnen kein Verkehr mehr herrscht, werden sie verschrottet!

Da das Unterbewusstsein sich aber zum Großteil mit den Dingen und Gedanken des Vortages beschäftigt, musst Du Deine bewussten Gedanken auf das fokussieren, was Du geändert haben möchtest. Du musst also jeden Tag möglichst positiv denken, um das Unterbewusstsein mit positiven Dingen zu beschäftigen!

Deshalb schreibe als nächstes zu den Lebensbereichen, die Du im vorigen Kapitel als Problembaustellen herausgeschrieben hast, *positive* Glaubenssätze auf. Wichtig dabei ist, jede *negative* Formulierung zu vermeiden.

Also statt zum Beispiel

*Ich habe keine Angst mehr vor ...* zu schreiben, schreibst Du *Ich habe Mut, um ...*

Auch eine doppelte Verneinung (wie oben *keine Angst*) ist eine negative Formulierung!

Das ist ein ganz wichtiger, zentraler Punkt!

Außerdem achte darauf, dass Du alles im Präsens, also der „Gegenwarts-Form“ formulierst. Mache Deinen Glaubenssatz nicht abhängig von Bedingungen, sondern formuliere ihn so, als hättest Du das Ziel bereits erreicht!

Denn Du ziehst genau das in Dein Leben, worum sich Deine Gedanken drehen! Also im Falle einer *negativen* Formulierung liegt der Fokus auf dem *Negieren*. Da kann nichts *Positives* bei herum kommen!

Lebensbereich

*positiver* Glaubenssatz

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Jetzt hast Du eine Liste mit *positiven* Glaubenssätzen zu den Themen, in denen es in Deinem Leben einen *Mangel* gibt!

Du kehrst also den *Mangel*, der Dein Leben aus der Vergangenheit heraus dominiert hat, um ins *Positive*.

Um diese Glaubenssätze jetzt in Deinem Unterbewusstsein zu verankern, braucht es ein bisschen Zeit.

Lies Dir Deine neuen Glaubenssätze täglich mehrfach durch! Verwende sie wie ein Mantra, welches Du Dir immer wieder vor Augen hältst!

Falls Du ins Grübeln kommst und wieder auf den alten, eingefahrenen Glaubenssätzen landest, halte inne, nimm Dir Deine Liste und konzentriere Dich auf den neuen, positiven Glaubenssatz! Sage ihn Dir laut vor, immer wieder, bis das Gedankenkarussell zum Stehen gekommen ist und der alte, negative Glaubenssatz verdrängt ist. Beschäftige Dich ausgiebig mit dem neuen, positiven Glaubenssatz und formuliere im Präsens, der Gegenwarts-Form, was der neue, positive Glaubenssatz für Auswirkungen auf Dich hat!

## Die Wirkung in die Zukunft

---

---

Wie wirkt sich die Änderung meiner Glaubenssätze in der Zukunft aus?

**S**obald die alten Datenautobahnen, die Du ja ab sofort nicht mehr bewusst benutzt, auch von Deinem Unterbewusstsein nicht mehr benutzt werden, werden die alten, *negativen* Glaubenssätze nicht mehr ins Jetzt projiziert, da die neuen, *positiven* Glaubenssätze im Focus stehen.

Dann werden die alten Datenautobahnen abgebaut und der *negative* Focus ist endgültig nicht mehr aktuell.

Jetzt kannst Du, *positiv* denkend, wieder frei entscheiden was Du im *Jetzt* tust.

Die Projektion der Vergangenheit ist dann gekappt und alles was davon bleibt ist eine Erinnerung!

Auf diese Art und Weise kannst Du nach und nach alle Deine Problembaustellen im Leben aus dem *Negativen* heraus ins *Positive* holen.

Am besten nimmst Du Dir einen Aspekt nach dem anderen vor. Denn Dich in allen gleichzeitig von der Vergangenheit zu emanzipieren dürfte schwierig werden.

Um das Beispiel aus dem Vorwort nochmals aufzugreifen:  
Wenn das Kind aus armem Elternhaus mit dieser Methode seine von den Eltern übernommenen Glaubenssätze zum Thema Geld / Finanzen ablegt, dann steht ihm sehr wohl die Möglichkeit offen, Geld ohne Ende zu erhalten.

**Die meisten Menschen sind so glücklich,  
wie sie es sich vorgenommen haben!**

(Abraham Lincoln, 1809 - 1865)

# Der Sinn des Lebens

---

Die Suche nach dem Sinn des Lebens und der umlenkende Ansatz der Religionen

**P**hilosophen aller Jahrhunderte haben sich den Kopf zerbrochen, was der Sinn des Lebens sein könnte. Die Religionen haben immer versucht darauf eine Antwort zu geben. Doch alles was man braucht, ist die Logik.

Religionen haben immer versucht, die Suche des Menschen nach dem Sinn des Lebens für ihren Zweck zu entfremden.

Es war ja einfach, die Suche nach dem Sinn des Lebens in die gewünschten Bahnen zu lenken:

Mit dem *himmlischen Heilsversprechen* ließen sich die Menschen problemlos von ihrer Suche abbringen, denn die Religion gab ja eine scheinbar endgültige Antwort.

Praktischer Weise war das *himmlische Heilsversprechen* an die Bedingung geknüpft, im *diesseitigen Leben* doch bitte recht brav den Maximen der jeweiligen Religion zu dienen.

Das ganze ist im Prinzip wie ein ungeprüfter, gigantischer, Generationen überspannender Glaubenssatz, der nur einem Zweck dient:

Aus den Suchenden Gläubige zu machen, die fest an die jeweilige Religion gebunden sind und dem Ziel der Religionsgemeinschaft dienen. Das ist eine Machtfrage. So gewinnt die Religionsgemeinschaft Macht über die Suchenden!

Dass das noch heute wunderbar funktioniert, zeigen zum Beispiel die Selbstmordattentäter, denen für ihren *freiwilligen* Tod und den Tod der Ungläubigen der Aufenthalt im Paradies versprochen wird.

Doch woher soll ein Prediger aus dem *Diesseits* zum ersten wissen, was im *Jenseits* auf die Angehörigen seiner Glaubensgemeinschaft wartet, zum zweiten, woher bezieht er die Legitimation für das Leben nach dem Tod etwas versprechen zu können? Das erscheint mir doch arg anmaßend.

Und als dritter Gedanke: Da es auf der Erde ja viele verschiedene Glaubensgemeinschaften gibt, müsste das nach den verschiedenen Anschauungen im Jenseits ja auch zu Konflikten führen, was aber regelmäßig ausgeklammert wird, da jede Religion sich natürlich als die einzig Wahre betrachtet.

Gut, nachdem wir jetzt herausgefunden haben, dass die Religionen keine allgemeingültige Antwort für die Frage nach dem Sinn des Lebens geben können, versuchen wir es mal einfach mit dem, was jeder Mensch bei sich trägt: dem logischen Denken:

Der Sinn des Lebens kann nicht in der Vergangenheit liegen, denn dann wäre das Leben im Jetzt sinnlos.

Der Sinn des Lebens kann auch nicht in der Zukunft liegen, denn wenn man sich Abends zur Ruhe bettet, kann man theoretisch nicht wissen, ob man den nächsten Morgen erlebt.

Es gibt aber viele Menschen, die den Sinn des Lebens in die Zukunft verlegen. Nach der folgenden Gedankenkette:

Wenn ich das und das erreicht habe, bin ich glücklich, und Glück ist der Sinn des Lebens.

Sie machen also ihr Glück und damit auch den Sinn ihres Lebens von einer Bedingung abhängig.

Unter der Prämisse, dass diese Menschen nicht mit Sicherheit wissen können, dass sie ihre Bedingung überhaupt erleben, ist das ein ziemlich limitierender Glaubenssatz. Denn es könnte ja sein, dass sie vor dem Erreichen ihrer Bedingung versterben, dann wäre ihr Leben – nach ihrer eigenen Definition – ja sinnlos gewesen. Und das kann nicht sein. Zumindest nicht, wenn wir optimistisch an die Frage nach dem Sinn des Lebens herangehen.

Nachdem also Vergangenheit und Zukunft ausscheiden, kann der Sinn des Lebens nur im Jetzt liegen. Das ist auch lo-

gisch, denn das, was man gerade tut, hält man ja für sinnvoll.  
Sonst würde man ja etwas anderes tun.

Oder anders ausgedrückt:

Der Sinn des Lebens ist der Augenblick!



Etwas anderes kann es nach den Gesetzen der Logik nicht  
sein!

## Ein Tipp für den Augenblick

---

Sofort ein bisschen glücklicher sein

**E**in kleiner Tipp noch, um sofort etwas glücklicher zu sein, quasi für die Ungeduldigen unter uns – und in diesem Zusammenhang dürfte fast jeder ungeduldig sein, mal abgesehen von denen, die bereits restlos glücklich sind!

Denk immer daran; In jedem Augenblick Deines Lebens kannst Du frei entscheiden, ob Du *glücklich* oder *unglücklich* sein willst!

Wenn Du Dich in diesem Moment aktiv dafür entscheidest, genau jetzt glücklich zu sein, hebt sich Deine Laune, es geht Dir schlagartig besser und Du wirkst offener auf Deine Umgebung!

Von daher gibt es eigentlich keinen Grund, sich gerade jetzt dafür zu entscheiden, unglücklich sein zu wollen, ganz egal, was einem gerade widerfährt.

Das Leben wird so leichter! Auch für Deine Umgebung!

Eine weitere, hilfreiche Übung ist es, ein [Glückstagebuch](#) zu führen. Das kann z.B. ein richtiges [Tagebuch](#) sein, wo Du einfach Deine Glücksmomente festhältst, oder notfalls auch eine Notiz-App auf dem Smartphone.

Wobei Dir klar sein sollte, dass das, was Du handschriftlich notiert hast, deutlich länger nachwirkt, als das, was Du digital notiert hast!

Und wenn Du das jeden Tag machst, hast Du bald ein schönes Kompendium zusammen.

Wenn es Dir dann einmal nicht so gut geht, nimmst Du Dir Dein [Glückstagebuch](#) zur Hand, liest nach, wie oft Du glücklich bist – und warum! – und schon färbt etwas von den ausgezeichneten Glücksmomenten auf Dich ab und Du fühlst Dich sofort wieder besser!

Glücklich ist nicht, wer anderen so vor  
kommt,  
sondern wer sich selbst dafür hält!

(Seneca, 1 - 65 n. Chr.)

# Anhang

---

## Ein paar hilfreiche Links

**F**ür den Fall, dass Du in bestimmten Bereichen des Lebens möglichst schnell Hilfe brauchst, können die folgenden Links vielleicht hilfreich sein:

Unter dem folgenden Link kannst Du Dir – völlig kostenlos – ein Video ansehen, wie Du mit Hilfe modernster Erkenntnisse etwas Hilfe bei der Umsetzung der „Neuprogrammierung“ Deiner Gedanken holen kannst: <https://bit.ly/3onWBfR>

Und unter dem folgenden Link kannst Du Dir ansehen, zu welchen Themen Du alles gezielte Unterstützung bekommen kannst: <https://bit.ly/3yXewP4>

# Lesetipps



## Werde bewusst!

Und wachse über Dich hinaus!

Eine praktische Anleitung für ein bewusstes, verantwortliches Leben in Deinem vollen Potential

72 Seiten

Taschenbuch oder eBook

9,90 € / 6,90 €



## Das Banale im Spiegel der Seele

Lyrik von J. J. Ebel

72 Seiten, erschienen 09/2021

Taschenbuch oder eBook

9,90 € / 3,49 €



## Strategie zum reich werden

Mit 99% kalkuliertem Verlust und überschaubarem Risiko

erschienen 07/2024

68 Seiten

Taschenbuch oder eBook

9,90 € / 16,67 €

Hinweis zu externen Links:

Für den Inhalt der Websites, zu denen die externen Links führen, sind allein deren Betreiber verantwortlich! Ich mache mir diese Inhalte nicht zu eigen!