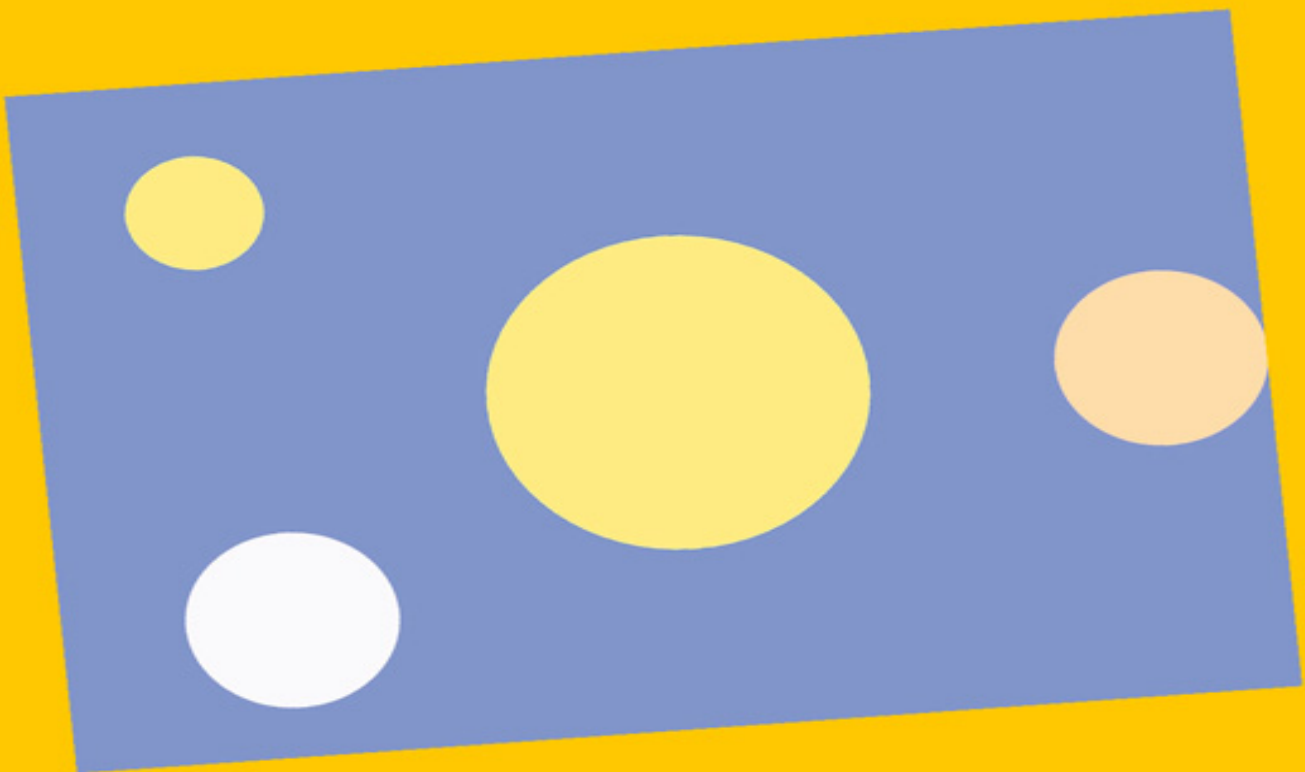


Fernando Hirsch

Mit Dankbarkeit auf Wolke 7

Klarheit schaffen ohne Stress



Stellen Sie das Leben infrage? Treten Sie auf der Stelle? Wünschen Sie sich eine einfache Methode um Ihre Wahrnehmung zum Guten hin zu verändern? Fernando Hirsch zeigt Ihnen Schritt für Schritt einen einfachen und nachhaltigen Weg, um dieser Abwärtsspirale zu entkommen. Die völlig unterschätzte Übung der Dankbarkeit liegt vor Ihnen – greifen Sie zu...

Inhalt

Widmung

Vorwort von Fernando Hirsch

Danksagung

I Dankbarkeit

1. Eine bewusste Entscheidung entweder/oder

II Segnen

1. Mal angenommen
2. Die Anwendung
3. Was im Unterbewusstsein passiert
4. Auf alles Mögliche anwendbar - Beruf
5. Kollegen
6. Ein „es ist wie es ist“ - Gefühl stellt sich ein
7. Was passiert beim Segnen
8. Das Gehirn kennt nicht den Unterschied

III Dankbarkeitsübung

1. Ideen/Vorschläge/Sichtweisen

Schlusswort

Buchnachweise

IV Arbeitsbuch

1. Listen

Widmung

dieses Buch, mein Erstlingswerk, **widme ich Volker** einem guten Kollegen und Bekannten. Er ist ein Mensch, der mir in den letzten Jahren durch seine große Erfahrung in seinem Berufs- und Geschäftsleben, immer wieder den Spiegel vorgehalten und mich angespornt hat, etwas anderes zu tun, als was ich bisher getan habe. Eine besondere Gabe die er hat, ist, mich immer wieder an meine ausgerufenen Ziele und Ergebnisse zu erinnern.

Ich zögere etwas den Begriff „aufsässig“ zu benutzen, aber es trifft die Art wie er es tut, ziemlich genau. Im vorliegenden Fall hatte er mich in den letzten Wochen immer mal wieder angefunkt und nachgehakt, ob ich mein angekündigtes Buch schon veröffentlicht habe.

Mittendrin ging es mir zwar auf die Nerven, aber ich erkannte auch die Kraft die darin steckt und dafür bin ich zutiefst dankbar. Denn: Man erkennt den Menschen an seinen Taten und nicht an dem, was er den ganzen Tag redet. Einzig und allein, was ich tue, zeigt, welches Ziel ich verfolge.

Mit diesem vorliegenden Buch möchte ich ihm und mir beweisen, dass ich in der Lage bin, dieses Projekt zu Ende zu bringen und wieder anzugreifen. Etwas was ich mit Freude tue. Etwas das nichts mit dem üblichen Tausch „Zeit gegen Geld“ zu tun hat und auch durch die, unter gefrusteten Arbeitnehmern beliebten Aussage „ich muss arbeiten gehen“ zum Ausdruck kommt. Ursprünglich war geplant, dass ich als erstes Buch ein großes Sachbuch schreiben wollte und war im Zuge dessen der Meinung, dass