



Marianne Moldenhauer

*Lenken
durch
Denken*

Gedankenkraft für Lebensfreude und ME(E)HR
im Alltag mit und ohne Krisen und Beschwerden

*Für Menschen, die bereits wissen wie man Krisen und
Beschwerden meistert, und für all jene, die diesen
Schwierigkeiten trotzen, Widerstands- und Antriebskraft
aufbauen und ihr Leben (auch) zukünftig neugierig, offen
und selbst gestalten möchten.*



Marianne Moldenhauer ist Rechtsanwältin, Referentin und Autorin von Fachpublikationen.

In den ruhigen Augenblicken des persönlichen Rückzugs verfasst sie inspirierende kleine Gedichte, Texte und Aphorismen, die sie gerne auch mit eigenen Fotos spickt.

Mit persönlichen Eindrücken aus der Gefühlswelt Multiple Sklerose-Erkrankter widmete sie sich zunächst dem achtsamen Umgang mit der eigenen Lebensenergie hin zu einem aktiven und positiven Leben.

Als spätberufene Tanzbegeisterte tauchte sie sodann in die Welt des Paartanzens ein. Sie widmete sich dem achtsamen Umgang mit der eigenen Lebensenergie und schließlich folgte eine anregende Reise zum ganz persönlichen Herzensglück.

Dieses Buch knüpft daran an und möchte Sie sensibilisieren, Krisen, belastende Lebensumstände und Herausforderungen des Alltags durch den Rückgriff auf persönliche und sozial vermittelte Ressourcen zu meistern.

Erhöhen Sie Ihr Kräftepotenzial zur Problembewältigung, immunisieren Sie sich gegen negative Einflüsse und Angriffe von außen und genießen Sie Ihr Verlangen nach ME(E)HR.

Gedanken sind Routenplaner, denen man folgen kann, um sein Ziel auf optimale Art und Weise zu erreichen.



Inhaltsverzeichnis

Gedanken
Das eigene Leben leben
Schnittmenge
Gedankenspiel
Farben
Verlangen nach ME(E)HR
Abenteuer
Lebensweg
Gedankenkraft
Lebensgefühl
Lebenskraft
Einstellung
Auf-der-Suche-sein
Kennenlernen
positiv-in-den-Tag
Traum und Wirklichkeit
Besondere Reise
Gedankenreise
Der Traum vom Glück
Abschalten
Übersinnliche Fähigkeiten
Nicht greifbar
Füllhorn
Selbstvertrauen
Im Sand der Gedanken

Phantasie - ausdrücklich erwünscht!
Wahrnehmung
Ansteckungsgefahr
Gedanken-Phänomen
Unbeschwert
Kalenderblatt
Kraftpaket
List auf ME(E)HR
Einbildungskraft
Lösungsentwickler - Lebensintelligenz
Gedanken-Tank-Stelle
Neue Lebensfreude
Schöpferische Gedanken
Bedürfnisse und Wünsche
Verlangen
Freie Entscheidung
Mein innerer Arzt
Gedankenführerschein
Gedanken über die Zukunft
Vergiss nicht
Herz
Gegen den Strom
Gedankenkarussell
Gedankenfabrik
Lieblingskuchen
Befreit
Gedankenchaos
Wasserfall
Hirngespinnst

Beobachtung