



GOLDMANN

Lesen erleben



### *Buch*

Manchmal fühlt man sich blockiert, nicht im Fluss, und der innere Magnet zieht immer die falschen Menschen und Entscheidungen an. Ruediger Schache findet 99 motivierende Handlungen für eine neue Ausrichtung nach den neun großen Kräften des Lebens. Er zeigt, wie unser Herz spricht und auf was es reagiert – sowohl bei uns selbst als auch in Beziehung zu anderen.

### *Autor*

Ruediger Schache ist Coach, Bewusstseinsforscher und Buchautor. Auf zahlreichen Reisen durch Asien, Mexiko und Brasilien durchlief er eine Reihe von Ausbildungen und Initiationen. Heute vermittelt er in Seminaren, Vorträgen und Beratungen sein Wissen um innere und äußere Zusammenhänge. Er entwickelte einen ganzheitlichen Weg, um Geist, Seele und Körper ins Gleichgewicht und das Leben in einen Fluss aus Annahme, Freude und Selbstgestaltung zu bringen. 2008 erschien der Bestseller »Das Geheimnis des Herzmagneten«.

*Außerdem von Ruediger Schache im Programm*  
Das Geheimnis des Herzmagneten  
Die 7 Schleier der Wahrheit  
Der Herzberater

Ruediger Schache

# Herzbewusstsein

99 motivierende Handlungen für  
eine positive Ausstrahlung

GOLDMANN

Alle Ratschläge in diesem Buch wurden vom Autor und vom Verlag sorgfältig erwogen und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Eine Haftung des Autors beziehungsweise des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen.

Der Verlag weist ausdrücklich darauf hin, dass im Text enthaltene externe Links vom Verlag nur bis zum Zeitpunkt der Buchveröffentlichung eingesehen werden konnten. Auf spätere Veränderungen hat der Verlag keinerlei Einfluss. Eine Haftung des Verlags für externe Links ist stets ausgeschlossen.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

1. Auflage

Vollständige Taschenbuchausgabe März 2016

Wilhelm Goldmann Verlag, München,

in der Verlagsgruppe Random House GmbH

© 2016 Wilhelm Goldmann Verlag, München,

in der Verlagsgruppe Random House GmbH

© 2014 der Originalausgabe

nymphenburger in der F.A. Herbig Verlagsbuchhandlung GmbH, München

[www.nymphenburger-verlag.de](http://www.nymphenburger-verlag.de)

Umschlaggestaltung: Uno Werbeagentur, München,

unter Verwendung eines Entwurfs von Atelier Sanna, München

Autorenfoto: Christoph Vohler

Satz: Buch-Werkstatt GmbH, Bad Aibling

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

JE · Herstellung: IH

Printed in Germany

ISBN 978-3-442-17541-3

[www.goldmann-verlag.de](http://www.goldmann-verlag.de)

Besuchen Sie den Goldmann Verlag im Netz



*»Die eigene Grundhaltung gegenüber dem Leben  
und seinen Ereignissen wird vom Leben  
immer beantwortet werden.  
Was für eine wundervolle Chance  
darin liegt!«*

Dem Buch liegt eine Audio-CD bei mit Meditationen zu den einzelnen Kapiteln, gesprochen von Ruediger Schache.

Aufnahme: Tonstudio Johannes Steck, Schloss Seefeld

Toningenieur: Florian Baer

# *Inhalt*

Vorwort	9
Die erste große Kraft: Klarheit	13
Die zweite große Kraft: Positivität	25
Die dritte große Kraft: Wissen	37
Die vierte große Kraft: Veränderung	49
Die fünfte große Kraft: Integrität	61
Die sechste große Kraft: Loslassen	73
Die siebte große Kraft: Dankbarkeit	85
Die achte große Kraft: Liebe	97
Die neunte große Kraft: Transzendenz	109
Nachwort	121
Der Autor	123





## *Das Leben, positive Veränderungen und wie alles mit Ihnen zu tun hat.*

Liebe Leserin, lieber Leser,

wenn Sie erkannt und verinnerlicht haben, dass alles, was Ihnen im Leben begegnet, immer auch mit Ihnen selbst zu tun hat, weil die Welt und andere Menschen wie auf einen unsichtbaren Magneten in Ihrem Inneren reagieren, erhebt sich die Frage: »Wie kann ich diese magnetische Kraft in mir verändern?«

Manchmal braucht man dafür eine Erinnerung. Oder neue Ideen und Impulse. Einen Halt oder eine Bestätigung, dass man noch richtig unterwegs ist. Oder einfach nur eine Motivation.

In diesem Buch finden Sie 99 solcher motivierender Erinnerungen und Ideen. Wenn Sie möchten, können Sie es Seite für Seite durchgehen, ganz in Ihrem eigenen Rhythmus. Dann haben Sie eine Art Kurs, an dessen Ende Ihre Ausstrahlung ganz sicher eine andere sein wird als zu Beginn.

Oder Sie gehen es intuitiv an. Dann blättern Sie, Ihrer inneren Frage folgend, spontan zu einer Stelle und sehen nach, was der Impuls dort für Sie jetzt gerade bedeutet.

Wie auch immer Sie sich entscheiden: Ihre darauf folgen-

---

den Handlungen und Erkenntnisse werden etwas verändern. Nicht, weil Sie etwas leisten oder weil Sie etwa einen Anspruch erfüllt haben. Auch nicht, weil Sie etwas »gut machen«. Ihr innerer Magnet wird sich verändern, weil die Gesamtheit all Ihrer Handlungen, Ihres Wissens und Ihrer inneren Einstellungen genau das ist, was Sie ausstrahlen. Sie selbst sind der Magnet und alles, was Sie ab heute oder morgen oder kommende Woche anders machen, wird diesen Magneten verändern. Daraufhin werden sich andere Menschen angezogen fühlen als bisher, und bestehende Situationen werden sich für Sie positiv verändern. Die alten Muster und Kräfte, die bislang Ihr Leben mitbestimmten, lösen sich auf, und das Neue kann kommen. Auf diesem Weg wünsche ich Ihnen viel Kraft, Erfolg und Freude!

Ihr Ruediger Schache

## *99 gute Handlungen*

Neun große Kräfte Ihres Bewusstseins.  
Und elf große Hebel für Veränderung  
auf jedem dieser Gebiete.  
Jede der folgenden Handlungen verändert  
Ihren inneren Magneten auf positive Weise.  
Und Sie haben es in Ihrer Hand.  
Jeden Tag ein Stück mehr.



Ruediger Schache

### **Herzbewusstsein**

99 motivierende Handlungen für eine positive Ausstrahlung  
Mit CD

Taschenbuch, Broschur, 128 Seiten, 13,5 x 20,6 cm  
ISBN: 978-3-442-17541-3

Goldmann

Erscheinungstermin: Februar 2016

Manchmal fühlt man sich blockiert, nicht im Fluss, und der innere Magnet zieht immer die falschen Menschen und Entscheidungen an. Ruediger Schache zeigt uns 99 motivierende Handlungen für eine neue Ausrichtung nach den neun großen Kräften des Lebens. Er erklärt, wie unser Herz spricht und auf was es reagiert – sowohl bei uns selbst als auch in Beziehung zu anderen.



**Der Titel im Katalog**