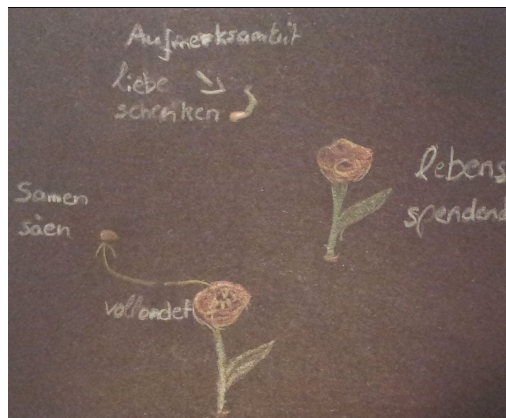


# *Mein Garten der Gedanken*



*Vom Samen zur Blüte*

*Lena Casper*

*Träume sind wie Samen, aus  
denen die Wirklichkeit  
erwächst.*





*Besonderen Dank möchte ich hiermit  
an Hans Schlegel und Johannes  
Arenhoevel ausdrücken, die dieses  
Buch mit ermöglicht haben.*

*Ein großer Dank auch an alle  
anderen, die mich auf dem Weg zu  
diesen Erkenntnissen begleitet  
haben.*

# *Mein Garten der Gedanken*

*von  
Lena Casper*

*2. Ausgabe*

*„Unser Leben ist das Produkt  
unserer Gedanken.“*

*Marcus Aurelius*

### Inhaltsverzeichnis

<i>Garten anlegen</i>	3
<i>Gedankensamen säen</i>	5
<i>Aufmerksamkeit</i>	7
<i>Erfüllte Pflanzen</i>	9
<i>Gedankenbeete</i>	12
<i>Deine Gedankenbeete</i>	13
<i>Innehalten</i>	15
<i>Befreundete Gärten</i>	17
<i>Inspiration säen</i>	18
<i>Jeden Tag</i>	19
<i>Beete pflegen</i>	21
<i>Autorin</i>	22

*Achte auf Deine Gedanken, denn sie  
werden zu Worten.*

*Achte auf Deine Worte, denn sie  
werden zu Handlungen.*

*Achte auf Deine Handlungen, denn  
sie werden zu Gewohnheiten.*

*Achte auf Deine Gewohnheiten,  
denn sie werden Dein Charakter.*

*Achte auf Deinen Charakter, denn er  
wird Dein Schicksal.*

*Chinesisches Sprichwort*