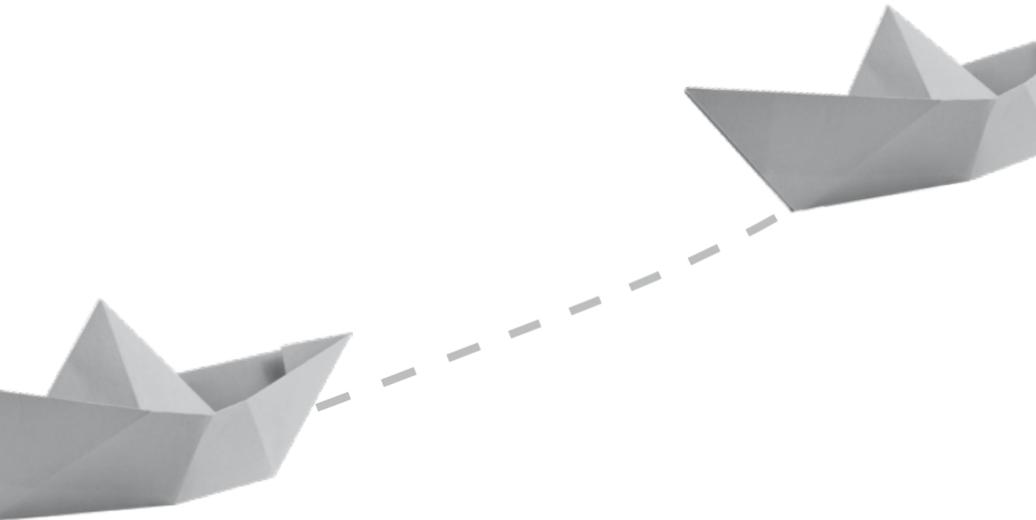


Alexander Mark

# DER MOMENT DER ENTSCHEIDUNG

Wie Du Deine Vergangenheit loslässt,  
Deine Gegenwart lebst  
und Deine Zukunft gestaltest



**MOMANDA**

© 2023 des Titels »Der Moment der Entscheidung« von Alexander Mark  
(ISBN 978-3-95628-055-9) by Momanda GmbH, Rosenheim.  
Nähere Informationen unter [www.momandaverlag.de](http://www.momandaverlag.de)



# Inhalt

## Einführung

11

## 1 – Du bist geschaffen, um zu erschaffen 13

Bewusstes Leben: Sehen, fühlen, wollen, bekommen

Wo anfangen?

Es stimmt: Vorfreude ist die schönste Freude

Mit absichtsvoller Planung das Unbekannte voraussehen

Wieder werden wie die Kinder

Dich selbst ernst nehmen: Der wahre Wert Deiner Träume

Der Wendepunkt

Was »sie« Dir nicht beigebracht haben:

Die Wahrheit über Erfolg

Sei der Baumeister Deiner Zukunft!

Du bist auf dem richtigen Weg

## 2 – Die Macht der Entscheidung

47

Deine Gedanken – Deine Entscheidung

Die DNA Deines Erfolgs

Die Erfolgsfährte

Machtvolle Entscheidungen

Rückfälle sind Vorfälle:

Wie Du den Schmerz auf dem Weg heilst

Mücken SIND Elefanten

All-einige Verantwortung

Die Macht ist mit Dir

Die unzerstörbare Verbindung

Der magische Talisman

Negative Gedanken beenden – einfach gemacht

Veränderung: Dein Feind ist Dein Freund

Du hast keine Wahl – also wähle

### **3 – Der unterbewusste Geist: Dein bester Glücksgefährte**

**85**

Blühende Landschaften

Pflanzen und jäten

Die innere Tratschtante stoppen

Die innere Drama-Queen

Die innere weise Frau

Dein Glücksgefährte –

Dein wahres (verstecktes) Selbst

Dein inneres Dreamteam

Was Du nicht weißt, das ist sehr heiß

Dein inneres Inferno:

Die unterschätzte höllische Gefahr

Zurück nach Eden

Die großen drei: glücklich, gesund, wohlhabend

Dein bester Glücksgefährte kennt Dich besser

als Du Dich selbst

### **4 – Zielsetzung für Tagträumer**

**127**

Der Aufbruch ins Ungewisse

Die Eroberung des Unbekannten

Das unbeschriebene Blatt der Möglichkeiten

Traumwandlerische Sicherheit

Deine Ziele gehören nur Dir – Dir alleine

Dein Weg durch Raum und Zeit

Der Hüter der Schwelle

## **5 – Von der Vision zur Realität**

**147**

Deine geheimsten Wünsche

Die wahre Macht Deines inneren Kindes

Prophezeiungen – selbst erfüllend!

Große Träume sind kleine Träume: Kindliche Macht

Der Film Deines Lebens

Magische Worte

Die Balance halten

Alles ist nichts

## **6 – Erfolg à la carte**

**167**

Resultate à la carte

Absichts-Defizit-Störung

Das größte Geschäft Deines Lebens (1)

Pain of Change – der POC-Sumpf

Raus aus dem POC-Sumpf

24/7-Intention

Alles oder nichts?

Absichts-Defizit-Störung: Die Heilung

Dein Streben nach Glück

## **7 – Licht oder Schatten?**

**189**

Energievampire

Ein kluger Feind ist ein gefährlicher Feind

Befreiung aus der Vergangenheitsfalle

Gefangen vor der Angstmauer: Die Befreiung

Der Glaube an Dich selbst: Bau ihn auf!

Positiver Input – positiver Output

Dein leuchtender Pfad

Die Weisheit Deines Körpers

Statt Ohnmacht: Deine wahre Macht

Wahre (Deine) Freiheit

## **8 – Dein wichtigstes Werkzeug: Das Wort 213**

Ein friedfertiges Wunderwerkzeug –

Autobiografie Deines Erfolgs

Ein Zauberstab für alle

Der feine Unterschied – einfach, aber nicht leicht

It's Party Time

Der verhängnisvolle Fehler

Eine hochverdiente Belohnung

Dein wahrer Schatz

## **9 – Die Macht des Hier und Jetzt 237**

Der »Erfolgskompass«

Impulse für Dein Wachstum

Erfolg ist Gewohnheitssache

Zeitmanagement:

Die einfache und ungeschminkte Wahrheit

Am Anfang war das Wort

## **10 – Erfolg eröffnet neue Möglichkeiten 263**

Das Ziel schafft den Weg

Der Sturzflut-Effekt

Pack den Tiger in den Tank

Rotkäppchen und der Wolf

Die Wahrheit über Aufschieberitis

Schluss mit der Naivität

Das magische Mantra: »Oh, shut the f\*\*k up!«

Langfristige Zielanpassung

Verkehrte Welt: »Schlecht« kann »gut« sein

Ist das Dein Ernst? Verwandle Deine Träume in Ziele!

Niemals ohne Kompass

Stolperfallen: Ist der einfache Weg wirklich einfach?

Das größte Geschäft Deines Lebens (2)

## 11 – Den Weg zum Erfolg lieben

287

Und plötzlich ... geht alles ganz schnell!

Spaß? – Ups, vergessen ...

Wichtig heute – unwichtig morgen

Das Gute teilen: Werde zum Leuchtturm!

Der alles entscheidende Unterschied

Das heilige Feuer

In Drachenblut gebadet

Aktion = Reaktion

Altes »Gestern« – neues »Morgen«

Zum guten Ende: Der Sinn des Lebens (ungeschminkt)

**Alexander Mark** ist ein deutscher Unternehmer und seit Jahren einer der führenden internationalen Business-Coaches mit über zwanzigjähriger Praxiserfahrung. Schon im Alter von 25 Jahren eröffnete er seine erste Praxis in Freiburg. Als Paar- und Familien-Therapeut war er außerordentlich erfolgreich und half bereits unzähligen Paaren, eine bessere und glücklichere Beziehung zu führen. Darüber hinaus konzipiert und begleitet er seit über 16 Jahren Weiterbildungs- und Selbsterfahrungs-Programme, die seinen Teilnehmern zu lebensverändernden Durchbruchserlebnissen und meilensteinhaften Erfolgen verhelfen.

Seine Kindheit war, wie er selbst sagt, sehr speziell; als einziges Kind einer alleinerziehenden Mutter war es alles andere als einfach. Schon sehr früh hat er aufgrund seiner Erfahrungen eine Vision einer geheilten Welt entwickelt.

Alexander Mark studierte zunächst Geschichte, Germanistik, Anglistik/Amerikanistik (Lehramt Gymnasium) und später Sozialpädagogik (Diplom). Außerdem ist er Astrologe in dritter Generation, ausgebildet u.a. bei Dr. Peter Orban. Er begleitet Selbstständige in helfenden und heilenden Berufen dabei, ihre wahre Berufung in eigener Praxis zum Erfolg zu führen.

Über den Autor