



# Leseprobe

Veit Lindau

## Werde verrückt

Wie du bekommst, was du wirklich-wirklich willst - Mit sieben Meditationen als Download

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 10,00 €



---

Seiten: 416

Erscheinungstermin: 18. Februar 2019

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

# Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

## Zum Buch

---

### Think Out Of The Box!

Für Bestsellerautor Veit Lindau ist wahrer Erfolg die Erfüllung des ganz individuellen Lebenswunsches. Man findet ihn, indem man ausgetretene Pfade verlässt und regelrecht »ver-rückt« wird – nur so erkennt man, was man wirklich-wirklich will, kann authentisch zu seinen Idealen stehen und hat die Kraft und Ausdauer, seinen Wunsch auch in die Tat umzusetzen. Neben persönlichen Erfahrungen und Fallgeschichten anderer Erfolgsmenschen präsentiert Veit in bewährter Manier praktische Übungen und ein motivierendes Toolkit, das am Ende zu wahren Erfolg verhilft.

Dieses Buch erschien ursprünglich 2015 im Kailash Verlag.



### Autor

## Veit Lindau

---

Veit Lindau, geboren 1969, wirkt als Teacher, Speaker und Autor. Er versteht sich als ganzheitlicher Reformator, Businesspunk und moderner Mystiker. Veit Lindau gilt im deutschsprachigen Raum als Experte für eine integrale Selbstverwirklichung des Menschen. Seine Artikel und Bücher sind präzise, kompromisslose und gleichzeitig humorvolle Weckrufe, die unermesslich wertvolle Chance des eigenen Lebens voll zu nehmen.

### *Buch*

Veit Lindau zeigt in seinem Buch, wie es uns gelingen kann, die inneren Grenzen zu »ver-rücken« und freier darüber zu denken, wer wir sind und was wir können. Durch Übungen erkennen wir unsere innigsten Herzenswünsche und können dadurch Schritt für Schritt unser wahres Potenzial entfalten. So gelingt uns die Umsetzung unserer Ziele und Träume. Denn nichts ist zu gut, um wahr zu sein!

### *Autor*

Veit Lindau, geboren 1969, wirkt als Teacher, Speaker und Autor. Er versteht sich als ganzheitlicher Reformer, Businesspunk und moderner Mystiker. Veit Lindau gilt im deutschsprachigen Raum als Experte für eine integrale Selbstverwirklichung des Menschen. Seine Artikel und Bücher sind präzise, kompromisslose und gleichzeitig humorvolle Weckrufe, die unermesslich wertvolle Chance des eigenen Lebens voll zu nehmen.

*Von Veit Lindau sind außerdem erschienen:*

- Coach to go Selbstliebe (22172)
- Coach to go Erfolgsbooster (22173)
- Coach to go OPUS (22174)
- Coach to go Reichtum (22175)
- Seelengevögelt (22187)
- Heirate dich selbst (33991)
- Liebe radikal (63089)
- Königin und Samurai (63124)
- Fucked up (63155)

Veit Lindau

# WERDE VERRÜCKT

Wie du bekommst,  
was du wirklich-wirklich willst

GOLDMANN

# INHALTSVERZEICHNIS

## PROLOG

Du . . . . .	9
Bereit? . . . . .	11
Werde verrückt . . . . .	12
Wirklich-wirklich . . . . .	18
Erfolg tut gut. . . . .	19
Dieses Buch und du. . . . .	28
Warum dieses Buch . . . . .	28
Entscheidungshilfe . . . . .	33
Mein Schreibstil – eine kleine Warnung . . . . .	36
Wie dieses Buch lesen . . . . .	38
Dein Leserbereich. . . . .	39
Am Anfang das Ende im Sinn . . . . .	40
Die drei Säulen deines Glücks. . . . .	41

## PART 1: VERSTÄNDNIS

Wie ist deine Wirklichkeit entstanden? . . . . .	48
Deine Gedanken werden deine Wirklichkeit . . . . .	49
Genie im Exil. . . . .	56
Neuroplastizität . . . . .	61
Der mächtige Daumen . . . . .	69
Lockere den Daumen . . . . .	72
Dein inneres U-Boot – die verborgene Kraft . . . . .	89
Mind-Behavior-Gap . . . . .	96

Die Hose runterlassen – zeichne das Rad deines Lebens .....	99
---	----

## PART 2: SINN

Worum geht es in deinem Spiel des Lebens? .....	108
Der stille See .....	112
Der Luxus, nicht alles wissen zu müssen .....	118
Mind-Yoga .....	121
Erfinde dich neu .....	125
Freude, schöner Götterfunken .....	136
Neid und Bewunderung .....	140
Klarheit ist sexy .....	144
Dich von deinem Sinn finden lassen .....	147
Die letzten 20 Minuten .....	154
Die Essenz deines Lebens .....	156
Das Wertvollste .....	159
Dein Leuchtfeuer .....	161
Eine wichtige Wahl .....	175

## PART 3: MANIFESTATION

Wie du bekommst, was du wirklich-wirklich willst. . .	178
Geistige Vorbereitung .....	180
Das ultimative Geheimnis .....	184
1. Schritt: Den Startpunkt analysieren .....	189
2. Schritt: Ein Momentum erzeugen .....	192
3. Schritt: Nagel dich fest .....	200
4. Schritt: Wasche dein Gehirn selbst .....	210
5. Schritt: Bewege deinen Hintern .....	220
6. Schritt: Frage dich frei .....	228

7. Schritt: Power-Affirmationen . . . . .	234
8. Schritt: Kille alle Ausreden . . . . .	238
9. Schritt: Verändere dein Setup . . . . .	243
10. Schritt: Selbstwirksamkeit trainieren . . . . .	254
11. Schritt: Verliebe dich in Disziplin . . . . .	260
12. Schritt: Von Bakterien lernen . . . . .	274
13. Schritt: Pinguine und Adler . . . . .	278
14. Schritt: Bildet ein Team . . . . .	286
15. Schritt: Umarme deinen Schatten . . . . .	290
16. Schritt: Alpha-Flow . . . . .	295
17. Schritt: Die Magie der Gegenwart . . . . .	304
18. Schritt: Willkommen in der Quantensuppe . . . . .	329
19. Schritt: Keine Angst vor Fehlern . . . . .	342
20. Schritt: Bleib sauber, mein Freund . . . . .	353
21. Schritt: Die Macht der Dankbarkeit . . . . .	356
22. Schritt: Lach dich frei . . . . .	360
23. Schritt: Sei ein weiser Gärtner . . . . .	363
24. Schritt: Sanfte Entschlossenheit . . . . .	368
Dein Erfolgscheck . . . . .	374

## EPILOG

Von Träumern und Meisterinnen . . . . .	388
Von Herz zu Herz . . . . .	394
Danke . . . . .	395
Anhang . . . . .	397

DEIN KAPITEL . . . . .	405
------------------------	-----

# DU

DU bist wunderschön.  
DU bist ein kreatives Genie.  
DU bist wahrhaftig.  
DU bist unendlich wertvoll.

DU hast das Recht  
auf ein glückliches Leben,  
in Freiheit, Reichtum und Gesundheit.

DU hast das Recht  
auf eine sinnliche, wahrhaftige, nahe Liebesbeziehung,  
auf Orgasmen aller Art,  
auf Freundschaften, die für dich durchs Feuer gehen,  
auf eine Arbeit, die du so sehr liebst, dass du dich wunderst,  
dafür auch noch bezahlt zu werden.

DEIN Leben ist ein kostbares Abenteuer der Selbsterkenntnis.  
DU liebst dich genauso, wie du bist.  
DU fühlst dich von deinen Mitmenschen und der gesamten  
Existenz geliebt.  
DU liebst frei und bedingungslos zurück.



## PROLOG

DU bist am richtigen Platz, zur richtigen Zeit.  
DU genießt jeden Schritt auf einem einzigartigen Pfad,  
den nur DU gehen kannst.  
Wenn DU nicht wärest, würde etwas fehlen.

DU bist eine Schatztruhe, gefüllt mit Weisheit,  
Wissen und Fähigkeiten.  
DU traust dich, bemerkenswert zu sein.  
DU verschenkst deine Gaben voller Freude.

DU bist alles, und DU bist entspannt nichts.  
DU tanzt frei durch dein Leben und ruhst doch still in dir.

Nichts ist zu gut, um wahr zu sein.  
Für DICH ist immer noch viel mehr drin,  
als DU bisher gedacht hast.  
DEINE Zukunft bietet ungeahnte Möglichkeiten.

Egal, wie alt DU bist,  
die beste Zeit liegt noch vor DIR.

DU bist ein Wunder, umgeben von Wundern.  
Es erwarten dich noch viele Wunder.

Das Leben ist gut zu DIR.  
DU bist gut.  
DU bist frei.

## BEREIT?

Was hast du gedacht, als du diese Sätze über DICH gelesen hast?  
Was hast du gefühlt?

Konntest du sie uneingeschränkt bejahen?  
Spiegeln sie sich in deinem alltäglichen Leben wider?

Oder lösen die Worte Widerstand in dir aus?  
Zweifel? »Meint er das ernst?«  
Verneinung? »Das gilt nicht für mich!«  
Frustration? »Schön wär's!«

Wie auch immer du reagiert hast,  
was da geschrieben steht,  
ist die Wahrheit über dich, über mich, über uns alle.

Wenn wir es nicht vollständig fühlen oder leben können,  
liegt (noch) ein Irrtum im Geist vor.  
Wir haben irgendwann eine begrenzende Lüge über uns gehört  
und als Wahrheit akzeptiert.  
Wir haben vergessen, wer wir wirklich sind:  
wunderschöne, einzigartige, liebenswerte, schöpferische Genies.

Es ist Zeit, dass wir uns erinnern.

## WERDE VERRÜCKT

*Was wir brauchen, sind ein paar verrückte Leute;  
seht euch an, wohin uns die Normalen gebracht haben.*

*Bernhard Shaw*

In diesem Buch dreht sich alles um die Macht deines Geistes und den Einfluss deines Glaubens in Bezug auf das, was für dich möglich ist.

Es ist eine Einladung, in deinem Geist verrückt zu werden – im positiven Sinn. Ich möchte mit dir in die Welt der Freidenkerinnen und Verwirklicher eintauchen.

Ich möchte gemeinsam mit dir radikal infrage stellen, wer du bist und was du kannst. Das ist gesund! Wer nicht regelmäßig an den Grenzen seiner eigenen Überzeugungen rüttelt, verhärtet geistig. Denn Leben kennt keinen Stillstand. Es wächst, oder es zieht sich zurück. So auch deine geistige Komfortzone. Entweder sie wird immer wieder neu ausgedehnt, oder sie schrumpft.

Natürlich gibt es auch ein pathologisches Verrücktsein. Schizophrenie, Wahn. Wem das widerfährt, der hat mein tiefes Mitgefühl. Darüber möchte ich keine Witze reißen.

Doch hier und jetzt lade ich dich zu jener Verrücktheit ein, die wir als Kinder unbewusst gelebt haben – den freien Geist des Stauens. Die kühne Ahnung: »He, das war doch noch nicht alles. Hier geht noch viel mehr!«

Ich glaube nicht an Zufälle. Wenn dieses Buch gerade in deinen Händen liegt und sich dort gut anfühlt, haben wir ein Date.

Ich vermute mal, etwas reicht dir noch nicht.

Etwas bewegt dich.

Etwas sehnt sich in dir – nach einem intensiveren Leben, nach Freiheit, Erfolg, Reichtum, Liebe ...

Du liest diese Zeilen, weil du dich nicht mit der Norm zufriedengeben kannst. Du willst sie verschieben, jene unsichtbare Grenze zwischen *möglich* und *unmöglich*.

Lass uns gemeinsam deinen Glauben in Bezug auf deine Möglichkeiten verrücken.

Wenn du mich fragst, brauchen wir noch viel, viel mehr gesunde Verrückte.

Denn das kann es noch nicht gewesen sein.

Schau dich um.

Obwohl wir in unseren Breitengraden so viel materiellen Reichtum angehäuft haben, laufen viel zu viele nicht wirklich glückliche Menschen durch deine Stadt.

Obwohl wir so viel wissen, haben wir unseren Heimatplaneten fast unwiderruflich in den ökologischen Kollaps getrieben.

Obwohl genug für alle da ist, lassen wir Millionen Menschen hungern und sterben.

Es gibt viele eindringliche Beispiele dafür, dass das, was wir häufig als Norm(al) akzeptieren, im Grunde genommen nur gesellschaftlich sanktionierter Wahnsinn ist. Wie wir mit den Genies, als die unsere Kinder geboren werden, in den Schulen verfahren. Dass wir Essen lieber wegwerfen, als es mit den Hungernden zu teilen. Dass wir Millionen von Steuergeldern für von Anfang an zum Scheitern verurteilte Projekte vergeuden. Dass wir unsere liebsten

## PROLOG

Beziehungen durch Unehrlichkeit und Routine vergiften. Dass wir Kriege um Rohstoffe führen, mit denen wir dann die Luft verpesten.

Ich könnte ewig so fortfahren, doch ich möchte dich nicht deprimieren, sondern ermutigen.

Denn ich bin trotz der täglichen Nachrichten kein Pessimist. Ich glaube – an dich, an mich, an uns alle.

Warum?

Weil es sie in unserer Geschichte immer gab: die gesunden Verrückten.

Die, die es gewagt haben, die Norm in ihrem Geist zu brechen.

Manche Namen nennen wir auch heute noch voller Bewunderung: Spartacus, Jesus, Michelangelo, Thomas Edison, Ludwig van Beethoven, Alexander Fleming, Marie Curie, Mutter Teresa, Albert Einstein, Martin Luther King ...

Viele Namen schallen so laut, dass wir aus Ehrfurcht versucht sein könnten, sie auf ein fernes, für uns unerreichbares Podest zu heben. Wären da nicht auch die »einfachen«, stillen Helden von nebenan.

Zum Beispiel die Afroamerikanerin Rosa Parks, die sich am 1. Dezember 1955 weigerte, ihren Sitzplatz im Bus für einen weißen Fahrgast zu räumen, und so zur Mitauslöserin der schwarzen Bürgerrechtsbewegung wurde. Oder das Mädchen Malala, das 2014 den Nobelpreis erhielt. Sie hat darauf bestanden, in Afghanistan zur Schule zu gehen, und ist dafür von den Taliban fast um-

