

INHOUD

Inleiding	4
1 Ego, ziel, spirit in beeld	9
1.1 Nieuwe visie op werk en privé	9
1.2 Op reis met ego, ziel en spirit	11
1.3 Drie dimensies in beeld	13
2 Licht aan	17
2.1 Zelfreflectie, moed en meer	19
2.2 Bewustwording in praktijk	21
2.3 Hoofd, hart, buik en lichaam	23
2.4 Waarnemen, ervaren en kiezen	27
2.5 Bewustwording van ego, ziel en spirit	32
3 Ego: je vriend of je vijand?	35
3.1 Wat is ego?	36
3.2 Ego met je aan de haal	38
3.3 Je ego doseren	44
4 Schitterende ziel	55
4.1 Wat is ziel?	56
4.2 Ziel op de waakvlam	58
4.3 Je ziel de ruimte geven	59
5 Spirit aan het werk	75
5.1. Wat is spirit?	76
5.2. Spirit in de praktijk	78
5.3 Ruimte maken voor spirit	84
6 Transitie naar nieuw bewustzijn	95
6.1 Anders leven en werken	96
6.2 Hoe activeer je nieuw bewustzijn?	101
6.3 Lichter leven	107
7 Nieuw bewustzijn voor iedereen	115
7.1 Jij in de wereld en de wereld in jou	115
7.2 Nieuw bewustzijn in organisaties	118
7.3 Rijkdom delen	120
Bijlage Keycards Ego-Ziel-Spirit-trits ©Circumference	122
Literatuur	124
Dankwoord	127
Over de auteurs	128