



Dandapani

**Fokus. Die Kraft der Konzentration. Geistige Klarheit gewinnen - Erfolg und Erfüllung manifestieren**

Ungekürzte Lesung mit Timur İşik

Download · ca. 10 h

24,95 €

ISBN 978-3-7424-2750-2

Buchvorlage: Integral Verlag in der Penguin Random House Verlagsgruppe

Erscheinungstermin: 26.04.2023

Permanente Ablenkung ist in unserem modernen Alltag zu einer wahren Epidemie geworden. Sie erzeugt innere Unruhe, Angst und Stress und schadet damit unserer Gesundheit, unserem Leistungsvermögen und Lebensglück. Der Hindu-Priester und international bekannte Mental-Coach Dandapani zeigt, wie wir diese geistigen Blockaden durch die Beherrschung einer einzigen Fähigkeit überwinden können – die Fähigkeit zur Konzentration. Dandapani lebte zehn Jahre als Hindu-Mönch in einem Kloster, wo er unschätzbar wertvolle Erkenntnisse über den Nutzen der Konzentration gewann. In diesem Hörbuch destilliert er die Weisheit, die er als Mönch erlangt hat, zu einem praktischen Leitfaden, um die verborgenen Potenziale des menschlichen Geistes zu verstehen und zu nutzen. Anhand einfacher Übungen lehrt Dandapani, wie man das Bewusstsein durch Willenskraft steuert und die Praxis der Konzentration in das tägliche Leben integriert. Schritt für Schritt gewinnen wir die Kontrolle über unsere Aufmerksamkeit zurück, finden zu geistiger Klarheit, innerer Ruhe und Kraft – und können unsere volle Energie endlich wieder auf das Erreichen unserer wahren Lebensziele richten!

### **Dandapani**

Dandapani ist Hindu-Priester und Unternehmer. Zehn Jahre lang lebte er als Mönch in einem hinduistischen Kloster, wo er insbesondere die verborgenen Potenziale des menschlichen Geistes für persönliches Wachstum und Selbsttransformation erforschte. Als international bekannter Keynote-Speaker hat Dandapani die Bühne mit Persönlichkeiten wie Hillary Clinton, Ban Ki-moon und François Hollande geteilt, seine Videos auf YouTube begeistern Millionen Menschen in aller Welt. Zu seinen Kunden zählen Unternehmen wie Bloomberg, McKinsey, Nike, Trivago und AMEX. Zusammen mit seiner Frau baut Dandapani derzeit ein großes Retreat-Zentrum mit botanischem Garten in Costa Rica auf.



**Timur Işık**

Timur Işık wurde 1980 in Hamburg geboren und lebt heute in Berlin, wo er auch seine Schauspielausbildung absolvierte. Nach diversen Anstellungen am Schauspielhaus Bochumer und am Volkstheater München, bei denen er z.B. den Banquo aus »Macbeth« spielte, war er auch in Kinofilmen und Serien im Fernsehen zu sehen, u.a. bei »Ayla«, »Allein gegen die Zeit« und »Ein starkes Team«.