

INHALT

Vorwort	11
Der Ungehorsam der Liebe	15
Sich mit anderen vergleichen	17
Das große Vergessen	18
Viele wissen gar nicht, was sie da tun	23
Worum es in dieser Zeitphase geht	24
Unseren Fokus auf das Gute lenken	27
Das Bewusstsein auf das Neue ausrichten	30
Unsere Welt ist im Wandel	35
So einfach kannst du deine Schwingung erhöhen	36
Lichtkörper-Übung	39
Den Fokus auf dem Guten halten	42
Eine freie Welt leben	47
Seinen Weg gehen	49
Sich gegenseitig Kraft geben	51
Sich regelmäßig energetisch reinigen	53
Zeit für sich selbst nehmen	55
Loslassen, was wir nicht ändern können	57
Selbstliebe	59
Selbstverantwortung	61
Kinder sind unsere Zukunft	62
Wir sind nie zu klein, um etwas zu bewirken	67
Warum herrscht so viel Chaos auf der Erde?	68
Wird auf diesem Planeten bewusst Angst erzeugt?	71

Das Licht ist immer da	74
Alles Beseelte hat Schönheit	76
Seelenkraft	78
Die leisen Dinge	81
Schöpferwesen	85
Mutige Menschen	86
Kann Wut auch Gutes bewirken?	89
Was auf der Erde geschieht, reicht weit über sie hinaus	90
Außerirdisches Leben	92
Was wir den Tieren antun, fällt auf uns zurück	95
Über die Wahrheit	96
Gedanken und Gefühle	99
Einfach mal nichts tun	101
Mein Traum	102
Was ich vor meiner Inkarnation sah	104
Was ist wahre Intelligenz?	106
Das Göttliche ist überall	111
Einsamkeit heilen	112
Unsere Kraft zu uns zurücknehmen	114
Einen schädlichen Kreislauf beenden	117
Worin finden wir unseren inneren Halt?	118
Unser innerer Friede	120
Mut zur Entscheidung	123
Von einer Minute auf die nächste	124
Sind wir bereit, das Licht anzunehmen?	127
Spirituelle Pioniere	128
Haltet das Licht aufrecht	130
Unsere Verantwortung, glücklich zu sein	133
Entscheide dich für die Liebe	134

Oasen des Lichts erschaffen	139
Über die Seele	140
Die dunkle Nacht der Seele	142
Lass es dir gut gehen	144
Inseln des Lichts	147
Jeder Mensch ist ein Licht	151
Die Erde fühlt alles	154
Die Erde verbindet uns alle	158
Die Tiere sind unsere Brüder und Schwestern	162
Naturwesen	165
Unterstützung durch die Lichtkräfte	168
Eine Anweisung an die Quelle	170
Gute Gedanken	172
Unser Bewusstsein ist ein Filter	174
Resonanz	176
Gemeinsame Ausrichtung	180
Wir sind Anker des Lichts	182
Wie du durch schwierige Zeiten kommst	184
Lichtspuren	187
Mit dem Herzen sehen	191
Sich Gutes tun	192
Wir sind hier, um das Licht zu halten	195
Sei du selbst!	199
Wissen, wofür dein Herz schlägt	200
Es gibt immer Lösungen, und es gibt immer Hilfe	202
Dem eigenen Seelenweg folgen	204
Spiritualität ist mehr als Räucherstäbchen	207
Gleiches Ziel, unterschiedliche Aufgaben	208
Die Spaltung überwinden	212

Leichtigkeit	217
Inneren Abstand halten	218
Wenn wir erwachen	221
Der Prozess des Erwachens	222
Wenn wir unserer Seele folgen	227
Nur Mut!	231
Vertrauen	232
Warum wird am Ende alles gut kommen?	234
Die Macht der Gedanken	237
Karma und andere Gründe, warum Dinge geschehen	238
Woher kommt unsere Sehnsucht?	240
Glück finden	242
Die Wichtigkeit von Abgrenzung	244
Unsere Vision leben	246
Kann der Aufstieg verhindert werden?	248
Die Schönheit der Menschen	250
Nichts Kompliziertes	253
Wir arbeiten alle zusammen, doch kaum einer bemerkt es	254
Bildnachweis	258
Über die Autorin	261