

INHALT

VORWORT _S. 07

ÜBER DIE AUTORIN _S. 09

SIEBEN IDEEN _S. 10

Wie du das Buch für
dich nutzen kannst

01 DANKBARKEIT _S. 12

Sei dankbar für das,
was bereits da ist

02 HEILUNG _S. 22

Nutze den Moment als
Chance zur persönlichen
Entwicklung und für Heilung

03 VERGEBUNG _S. 30

Vergib dir und anderen,
um in deine innere Freiheit
zurückzukehren

04 INTUITION _S. 38

Vertraue deinem Bauchgefühl

05 LOSLASSEN _S. 46

Lass los und vertraue
dem Fluss des Lebens

06 HERZ _S. 52

Öffne dein Herz und erlaube
dir, zur Quelle der Liebe
zurückzufinden

07 INTENTION _S. 58

Schicke die Energie,
die du morgen
erleben möchtest,
heute in die Welt

08 ANGST _S. 64

Vertraue darauf, dass
alles zu seinem richtigen
Zeitpunkt geschieht

09 BEZIEHUNGEN _S. 72

Umgeb dich mit
positiven Energien
und Menschen

10 GLAUBE _S. 82

Vertraue darauf, dass
du auf deinem spirituellen
Weg geführt wirst

11 ANNEHMEN _S. 88

Fokussiere dich auf das,
was du ändern kannst

12 WUNDER _S. 96

Glaube an Wunder und wage
es, deine Träume zu verfolgen

13 INNERER DIALOG _S. 102

Erkenne die Macht der
Gedanken und deiner Sprache

- 14 **HIER & JETZT _S. 110**
Lebe jetzt
- 15 **KREATIVITÄT _S. 118**
Glaube daran, dass in dir ein
kreatives Genie existiert
- 16 **NATUR _S. 126**
Verbinde dich mit Mutter Erde
- 17 **VISUALISIERUNG _S. 134**
Erschaffe eine erfüllte Zukunft
- 18 **GEBEN _S. 144**
Stelle dich dem Leben
zur Verfügung
- 19 **SCHATTEN & LICHT _S. 154**
Nimm alles an,
was zu dir gehört
- 20 **PERSPEKTIVE _S. 160**
Frage dich, wie es wirklich ist
- 21 **FREUDE _S. 166**
Lebe voller Begeisterung
- BLESSINGS _S. 172**
- IMPRESSUM _S. 175**