

**VORWORT** \_ S. 07

**ÜBER DIE AUTORIN** \_ S. 09

**SIEBEN IDEEN** \_ S. 10

Wie du das Buch für  
dich nutzen kannst

01 **DANKBARKEIT** \_ S. 12



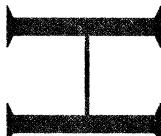
Sei dankbar für das,  
was bereits da ist

02 **HEILUNG** \_ S. 22



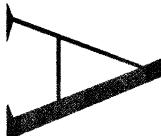
Nutze den Moment als  
Chance zur persönlichen  
Entwicklung und für Heilung

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**

Umgib 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