



Unsere limitierenden Überzeugungen

- 14 Die Freiheit, sich zu ändern
- 17 Die Macht der Gedanken
- 24 Überzeugungen als Gefängnis
- 36 Vergleichen und bewerten
- 45 Unsere Archetypen



Unsere Gefühle als Reiseführer

- 54 Ich habe große Angst
- 63 Ich bin so wütend
- 71 Ich fühle mich schuldig
- 77 Ich bin ganz allein

3

Die Ursachen unseres Leidens

- 86 Im Widerstand leben
- 94 Andere beschuldigen
- 99 Die Vergangenheit festhalten
- 107 Immer neue Wünsche haben

4

Wir sind mehr als nur Körper - viel mehr!

- 116 Bewusstsein und Körperbewusstsein
- 124 Krankheit und Heilung
- 131 Ernährung und Energie
- 138 Endlicher Körper und ewige Seele

5

Awake - unser Bewusstsein erwacht

- 146 Wir sind der Wandel
- 155 Das erweiterte Bewusstsein
- 161 Erwachende Potenziale
- 169 Die globale Transformation

6

*Wir manifestieren
eine neue Erde - jetzt!*

180 Die Weisheit des Herzens

188 Das Prinzip der Resonanz

196 Die universale Liebe

202 Das vereinte Feld



Anhang

213 Danke für eure Reisebegleitung

218 Danksagung

220 Über die Autorin