

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	5
20 Fantasiereisen um den Stress hinter sich zu lassen und für mehr Wohlbefinden	8
1. Im Hafen der Entspannung	9
2. Insel der Entspannung	17
3. Die Zauberschule.....	26
4. Der Seifenblasen-Freizeit- und Wellnesspark.....	34
5. Kompass und Flügel der inneren Freiheit	46
6. Fluss der Achtsamkeit	55
7. Der Panda und die innere Kraft	62
8. Stürme überstehen	70
9. Die Hütte der Entspannung	78
10. Wohlfühlen im Baumhaus	88
11. Der Zeltplatz der Verbundenheit	96
12. Der Garten der Emotionen	106
13. Selbstakzeptanz und das Farbenmeer der Vielfalt	115
14. Raumfahrt durch Gedankenwolken.....	123
15. Das Fabrikgelände.....	133
16. Der Wasserpark zum Wohlfühlen.....	141
17. Der Garten der Zeitlosigkeit.....	148
18. Im intergalaktischen Spa.....	156

19. Über die Mondscheinbrücke zur Kuschelhöhle und Lichterlounge	163
20. Die Zeitreise-Gondel	170
Zum Abschluss	178
Kontakt zur Autorin	179
Weitere Buchtitel von Angelina Schulze	181