

# INHALT

|                                                   |    |
|---------------------------------------------------|----|
| Einleitung.....                                   | 7  |
| Der unverletzte Zwilling des Inneren Kindes ..... | 9  |
| Das erwartet dich.....                            | 21 |

## ERINNERE DICH ...

|                                                   |     |
|---------------------------------------------------|-----|
| ... an dein Urvertrauen .....                     | 24  |
| ... an deine Hoffnung .....                       | 28  |
| ... an die Kraft erfüllter Herzenswünsche .....   | 32  |
| ... an deinen Glauben an Wunder .....             | 36  |
| ... an die Zeit für dich .....                    | 40  |
| ... an deine Wildheit.....                        | 44  |
| ... an die Freiheit, zu sagen, was du willst..... | 48  |
| ... an dein Staunen.....                          | 52  |
| ... an deine Berührbarkeit.....                   | 56  |
| ... an deine Dankbarkeit .....                    | 60  |
| ... an deine Zärtlichkeit .....                   | 64  |
| ... an Engel .....                                | 68  |
| ... an deine natürlichen Rhythmen .....           | 72  |
| ... an deine Begeisterung.....                    | 76  |
| ... daran, gesehen zu werden.....                 | 80  |
| ... an dein Vertrauen in andere.....              | 84  |
| ... an deine Aufrichtigkeit.....                  | 88  |
| ... an den Zauber des Neubeginns .....            | 92  |
| ... daran, zu entspannen .....                    | 96  |
| ... an deine Schönheit.....                       | 100 |
| ... an deine Träume .....                         | 104 |

|                                                        |         |
|--------------------------------------------------------|---------|
| ... an deine Grenzen .....                             | 108     |
| ... an deine Fähigkeit, dich zu verändern.....         | 112     |
| ... an deine Kraft der Auferstehung .....              | 116     |
| ... dass du nicht alles können musst.....              | 120     |
| ... dass du nicht alle retten musst .....              | 124     |
| ... an deine Gelassenheit .....                        | 128     |
| ... daran, dass Fehler okay sind .....                 | 132     |
| ... daran, loszulassen und zu vertrauen .....          | 136     |
| ... an deine emotionale Freiheit .....                 | 140     |
| ... an dein spirituelles Selbstvertrauen.....          | 144     |
| ... an deine geistige Freiheit .....                   | 148     |
| ... an das Vertrauen in deinen Körper .....            | 152     |
| ... an die Kraft von Gebeten.....                      | 156     |
| ... daran, mit dem, was ist, in Frieden zu kommen..... | 160     |
| <br>Nachwort .....                                     | <br>164 |
| Über die Autorin.....                                  | 165     |
| Bildnachweis .....                                     | 168     |