

# Inhalt

---

<i>Vorwort von Jeanne Ruland</i>	7
<i>Eine kleine Einleitung</i>	9
1 Wir leben in einem neuen Zeitalter	15
2 Die Praxis der Vergebung – das klassische Ho'oponopono	30
3 Eine Welt voller Gefühle	43
4 Lade deine Liebe ein!	59
5 Die Stimme deines Herzens hören	73
6 Spieglein, Spieglein an der Wand ...	86
7 Von der Schuld zur Unschuld	102
8 Beten um Vergebung	117
9 Wir sind mit allem verbunden	131
10 Vergebung – der Meisterweg zum persönlichen Glück	144
<i>Nachwort</i>	158
<i>Hilfen beim Üben</i>	162
<i>Liste der beschriebenen Übungen</i>	164
<i>Die 10 Prinzipien der Liebe</i>	166
<i>Bibliografie</i>	168
<i>Der Autor</i>	172