

# Inhalt

Einleitung .....	9
Vorwort .....	11

## TEIL I

### Bewußtwerdung

<i>Kapitel 1</i> Die Kraft in uns .....	17
<i>Kapitel 2</i> Meine innere Stimme .....	25
<i>Kapitel 3</i> Die Macht des gesprochenen Wortes .....	35
<i>Kapitel 4</i> Alte Programme neu gestalten .....	47

## TEIL II

### Barrieren auflösen

<i>Kapitel 5</i> Das Begreifen der eigenen Bindungen .....	65
<i>Kapitel 6</i> Gefühle herauslassen .....	79
<i>Kapitel 7</i> Den Schmerz überwinden .....	99

## TEIL III

### Selbstliebe

<i>Kapitel 8</i> Wie man sich selbst liebt .....	111
<i>Kapitel 9</i> Das innere Kind lieben .....	135
<i>Kapitel 10</i> Erwachsenwerden und Altern .....	147

## TEIL IV

### Wie Sie Ihr inneres Wissen anwenden können

<i>Kapitel 11</i>	Wie man Wohlstand erreicht .....	163
<i>Kapitel 12</i>	Kreativer Selbstausdruck .....	179
<i>Kapitel 13</i>	Die Gesamtheit aller Möglichkeiten .....	193

## TEIL V

### Sich von der Vergangenheit lösen

<i>Kapitel 14</i>	Wandel und Übergang .....	209
<i>Kapitel 15</i>	Eine Welt, in der wir einander gefahrlos lieben können .....	217
Nachwort .....		231
Anhang	Meditationen für persönliche und planetare Heilung .....	235
Empfohlene Literatur .....		250