

Vorwort	8
1 Wie ich denke, so bin ich	13
Geist und Materie	14
»Was sollen denn die anderen denken?«	19
Information für alle Zellen	27
Fünf Menschenbilder	33
»Lieber nicht drüber reden ...«	37
2 Entscheidung fürs Gesundsein,	47
Die Seele will Wahrhaftigkeit und keine	
Geschäftemacherei	48
Intuition – der Königsweg zur Erkenntnis	57
»Das hab ich im Griff.«	58
Die eigene Kompetenz anerkennen und einsetzen	67
»Aber einer muss sich doch drum kümmern!«	71

3	Der Mental-Healing-Prozess	81
	Das Seelenschreiben	82
	Zwei Selbstheilungsgeschichten	106
	Drehbuch für die neue Wirklichkeit	121
4	Selbstliebe ist aller Liebe Anfang	127
	Mit Gefühl beginnt das Mitgefühl	128
	Alles ist gut, so wie es ist	136
	»Schwäche zeigen gilt nicht.«	140
	»Ob ich mir das erlauben kann?«	146
	Rund um den Autor	156