

Inhalt

Selbsterfahrung	7
Es war ein Tag wie jeder andere... ..	9
Angst - der lautlose Schrei	15
Ich bin mit der Angst per du	21
Angst vor der Angst	23
Depressionen.....	26
Drängende Fragen.....	32
Die Funktion des Unterbewusstseins	40
Vergangenheit.....	49
Heute beginnt ein neues Leben!.....	51
Die Wunderwelt der Gedanken.....	59
Die positive Schwingung	66
Einfache Wege zur Selbstheilung.....	70
Positiv denken, aber wie?	77
Meditation	80
Liebesbriefe an den Körper.....	96
Energie durch Kinesiologie.....	101
Zwischen gestern und heute.....	103