

# Inhalt

Wie es begann ...	9
Dein Haus	12
Das Verlassen des Hauses – die Flucht – Teil 1	15
Die Häuser der Anderen	18
Etwas fehlt – das Zurückgelassene	21
Wir ziehen an, wovor wir fliehen	25
Was heißt akzeptieren?	27
Fühlen – aber wie?	28
Wie finde ich Sicherheit?	32
Der eigene Wert	35
Das »Eine«	37
Alles mit dem Herzen tun	41
Liebe – Energie ohne Eigenschaft	44
Die Freiheit der Wahl	49
Die Flucht – Teil 2 – und die Rückkehr	52
Deine Aufgabe	56
Ich bin hier – der Rest, die Vergangenheit, ist dort	62
Das Haus neu kennenlernen	65
Emotionen und ihre Energiequalitäten	69
Das »Eine«, die Herzenergie, gibt Raum für alles	76
Das innere Team	78
Der Seelenplan – Teil 1	80
Leben nach Rezept oder jeden Moment neu entscheiden	82
Die Programme	86
Die innere Stimme und das Autoritätsproblem	89
Die Dirigentin	95
Du bestellst, was du denkst und glaubst	97
Die Wirklichkeit und deine Interpretationen	100
Wie du über andere denkst und was das mit dir zu tun hat	102
Der Mangel	106

<b>Der Mangel in Beziehungen</b>	<b>113</b>
<b>Das liebe Geld</b>	<b>120</b>
<b>Der Seelenplan – Teil 2</b>	<b>123</b>
<b>Vergleiche mit anderen</b>	<b>127</b>
<b>Wer bist du?</b>	<b>136</b>
<b>Der inneren Stimme trauen</b>	<b>139</b>
<b>Das Einssein und die Primadonna</b>	<b>142</b>
<b>Das Urvertrauen</b>	<b>145</b>
<b>Ist das die Wahrheit?</b>	<b>147</b>
<b>Die Hingabe</b>	<b>151</b>
<b>Die innere Stimme wahrnehmen</b>	
<b>Anregungen für den Alltag</b>	<b>161</b>
<b>Einleitung</b>	<b>162</b>
<b>Signalisiere Deine Bereitschaft</b>	<b>164</b>
<b>Wie spricht meine innere Stimme zu mir?</b>	<b>166</b>
<b>Wie stelle ich Fragen?</b>	<b>168</b>
<b>Lies dieses Buch mehrmals</b>	<b>170</b>
<b>Wer bin ich?</b>	<b>171</b>
<b>Schreibe</b>	<b>172</b>
<b>Erforsche Dein Haus</b>	<b>173</b>
<b>Im Gespräch mit Deiner Grottenlilly und Deinem Hans-guck-in-die-Luft- und-nie-in-den-Keller</b>	<b>175</b>
<b>Mach Dir ein eigenes Bild – wie sehen Deine Emotionen aus?</b>	<b>177</b>
<b>Stärkung der Herzensenergie</b>	<b>179</b>
<b>Alles mit dem Herzen tun</b>	<b>180</b>
<b>Der Blick in die Wirklichkeit</b>	<b>182</b>
<b>Direkte Verbindung mit der »Quelle«</b>	<b>183</b>
<b>Selbstwert und Selbstliebe</b>	<b>184</b>
<b>Frag Deinen Körper</b>	<b>187</b>
<b>Danksagung</b>	<b>188</b>