

Inhalt

Einleitung der Engel	7
Einleitung der Autoren	14
Verwendung der Karten	17
Nahrungsmittel	19
Brot	19
Diäten	24
Dinkel	30
Drogen	32
Eier	34
Fisch und Meeresfrüchte	38
Fleisch	43
Gemüse	50
Gemüse- und Fruchtsäfte	63
Genussmittel	65
Getreide	71
Gewürze	75
Kaffee und Tee	80
Kartoffeln	87
Kocharten	92
Kräuter	98
Mais	102
Milchprodukte	104
Nahrungsergänzung	111
Nüsse	115

Obst	119
Öle und Fette	125
Pasta	131
Pilze	134
Reis	138
Salz	140
Soja	144
Vegetarisch – Vegan	146
Wasser	153
Zucker	157
Zwiebeln und Knoblauch	161
 Psychosomatische Symptome	 165
Aggression, Wut, Zorn	165
Allergien auf Nahrungsmittel	171
Depression, Verzweiflung, Zweifel	177
Einsamkeit, Traurigkeit, Kummer	181
Interesselosigkeit	187
Konzentrationsschwäche	192
Müdigkeit, Erschöpfung	198
Nervosität, Stress, Überforderung	203
Schlafstörung, Gedankenkarussell	211
Überaktivität, Überdrehtheit	219
Unsicherheit, Ängstlichkeit, Angst	222
‘Zweifel	229
 Schlusswort von Gaia	 237
Dankeswort an Gaia und die Engel	239