

Inhalt

»Die Seele heilen mit Zeichen« -
wie funktioniert das?? 6

Die Zeichen und ihre Bedeutung 9

Die Anwendung der Zeichen 12

Praktische Hilfe von A bis Z 25

Abschied nehmen / Trauer 27 • Ängste 29 • Ärger 31 •

Depressive Verstimmung / Niedergeschlagenheit 34 •

Enttäuschung 36 • Erschöpfung / Burn-out-Syndrom 37 •

Frustration 39 • Kritik ausdrücken 41 • Liebeskummer 42 •

Neid / Missgunst / Eifersucht 44 • Schlafstörungen 46 •

Stress 48 • Verletzt werden durch Kritik 50 •

Wertschätzung und Dankbarkeit 52

Das Testen 55

Die Autoren 62