

# INHALT

## VORWORT 10

### TEIL 1 – DIE WAHRHEIT IN UNSEREM HERZEN 17

Wie die Liebe und das Leben wirklich funktionieren 17  
Wer ich bin 21

### TEIL 2 – DIE MACHT DER LIEBE IN UNS FRAUEN 32

Frau sein – ein ultimatives Geschenk und eine  
machtvolle Gabe 32  
Wie die Liebe einer Frau alles verändert 41

### **TEIL 3 – DAS NEUE SELBSTVERSTÄNDNIS 48**

Sie sind nicht die, die Sie zu sein glauben 48  
Wenn Ihre Gefühle nicht Ihre Gefühle sind 64  
Warum Sie mit bloßem Willen nichts verändern 75

### **TEIL 4 – DAS ERWACHEN IN EIN NEUES LEBEN 86**

Der Mann, der meinen Himmel auf die Erde und die  
Wissenschaft in mein Herz brachte 86  
Ihr neues Ich entwerfen – mit liebevoller Intelligenz  
und intelligenter Liebe 101  
Meditation – der einzige Weg in den Wandel 115  
Der Meditationsprozess – Geist und Körper  
vom alten in das neue Ich entspannen 125  
Widerstand und Kontrolle – die Herausforderungen  
bei der Meditation 138  
Zwölf Schlüssel, wie Sie zu Ihrem besten Ich werden 147  
Erinnern Sie sich jetzt an Ihre Zukunft – das wird  
alles in Ihrem Leben verändern 155

### **TEIL 5 – DAS LEBEN IM NEUEN PARADIGMA 170**

Meine zehn wichtigsten Schlüssel, um vom  
unbewussten in ein bewusstes schöpferisches Leben  
zu wechseln 170  
Meine zehn wichtigsten Schlüssel bei Rückfällen  
in das alte Denken und Fühlen 184  
Blockaden sind Umleitungen in die  
richtige Richtung 194

## **TEIL 6 – DEN SCHMERZ LOSLASSEN 214**

Schmerz – der Geburtshelfer Ihrer Träume 214

Wie Schmerz Ihre Beziehung heilen kann 229

Der magische Moment, wenn mitten im Alten  
das Neue geboren wird 240

Praxisübung: Wie Sie Ihren Schmerz wieder  
gesund lieben 253

## **TEIL 7 – DAS GEHEIMNIS GLÜCKLICHER PARTNERSCHAFTEN 260**

Ihre Beziehung scheitert nicht an Ihrem Partner,  
sondern an Ihrer Vergangenheit 260

Wenn Sie bereit sind, wieder zu fühlen, kommt die  
Liebe zurück 276

Frauenwahrhaftigkeit – das einzige Mittel  
gegen Männermüdigkeit 289

Sex ohne Liebe ist Quatsch und macht Frauen krank 310

Warum Sie keine andere Chance haben, als eine  
echte Prinzessin zu werden 330

## **TEIL 8 – WIE GEHT ES WEITER? 334**

Welche Wunder in uns und um uns herum geschehen  
können, wenn wir Frauen uns zusammenschließen 334

Wo finde ich die passende Unterstützung? 345

Nachwort von Wolfram Zurhorst 349

Empfohlene Literatur und Download-Link 351