

# Inhalt

Einleitung	7
Achte heute auf Begegnungen	9
Achte heute auf Buchstaben und Zahlen	11
Achte heute auf Eingebungen und Träume	13
Achte heute auf Zeichen über die Natur	15
Danke für deine Hilfe und Unterstützung	17
Danke, dass es dich gibt	19
Deine Seele ist unendlich, das Gefühl der Trennung nicht	21
Die Natur hilft dir, Frieden zu finden	23
Du brauchst nicht für mich an Altem festhalten	25
Du heilst die Familienthemen jetzt	27
Es geht mir wieder gut	29
Es ist gut, dass du Grenzen für dich setzt	31
Es tut mir leid	33
Es tut mir leid, dass wir uns nicht mehr voneinander verabschieden konnten	35
Es war Schicksal	37
Gib nicht auf	39
Ich begleite dich bei deinem Neubeginn	41

Ich bin bei dir durch Berührungen	43
Ich bin durch die Liebe mit dir verbunden	45
Ich bin stolz auf dich	47
Ich bin wirklich bei dir	49
Ich gebe zur Zeit wenig Zeichen, bin aber dennoch bei dir	51
Ich habe viele geistige Helfer, die ich dir schicke	53
Ich halte dich, wenn du dich in deiner Trauer einsam fühlst	55
Ich helfe dir, zu manifestieren	57
Ich schicke dir Heilung für deine Themen	59
Ich schicke dir technische Zeichen	61
Ich schicke dir Zeichen über Federn	63
Ich schicke dir Zeichen über Licht	65
Ich schicke dir Zeichen über Musik und Texte	67
Ich schicke dir Zeichen über Tiere	69
Ich unterstütze dich bei deiner Entscheidung	71
Ich verzeihe dir	73
Ich wäre gerne mehr dagewesen	75
Jetzt ist deine Zeit	77
Lass deine Zweifel los	79

Meditiere mit mir	81
Öffne wieder dein Herz	83
Rede mit mir	85
Schreibe mit mir	87
Sieh das große Ganze	89
Sorge gut für dich	91
Übergib deine Sorgen an mich	93
Verzeihe dir	95
Viele Generationen stehen hinter dir	97
Wir alle haben Seelenaufgaben	99
Wir sehen uns wieder	101
Wir sind schon seit mehreren Leben verbunden	103
 Danksagung	 105
Über die Autorin	106