

	Vorwort	5
	Noch ein paar Infos vorweg	7
01	Die LIEBE	11
02	ACHTSAMKEIT, DANKBARKEIT und WERTSCHÄTZUNG für all das Göttliche	23
03	SELBSTLIEBE	39
04	HÖR auf DEIN HERZ, es erzählt dir etwas	49
05	FRIEDEN	59
06	BILDUNG	77
07	KINDER	91
08	NATUR	101
09	Mein HERZENSWEG – dein HERZENSWEG	105
10	Zum Schluss noch ein paar kurze Herzensbotschaften für dich	113
	Über die Autorin	121
	Anhang	122
	Literaturhinweise	123
	Impressum	124