

# Inhaltsverzeichnis

- 9 Vorwort
- 12 Prolog
- 16 Frau Blau – wie die Welle des Wassers
- 22 Frau Pink – wie die Frische der Blume
- 24 Herr Grün – wie das wachsende Gras
- 34 Bewegung und Aktivierung
- 42 Herr Grau – wie die Kraft der Steine
- 50 Frau Petrol – wie die Tiefe des Meeres
- 52 Frau Indigo – wie die intensive Lebendigkeit
- 54 Frau Silber – wie die Klugheit einer Königin
- 60 Religiöse Ressourcen
- 70 Herr Ocker – wie die Energie der Sonne
- 76 Frau Magenta – wie die starke Leidenschaft
- 78 Frau Aqua – wie das stille Wasser
- 80 Frau Mint – wie der zarte, frische Wind
- 86 Essen und Trinken
- 92 Herr Oliv – wie die Harmonie der Natur
- 100 Frau Ecru – wie die wärmende Wolle
- 102 Frau Gold – wie der Glanz eines Schmuckstücks
- 110 Epilog
- 114 Lebensrückblick
- 124 Literaturverzeichnis