

# Inhalt

<b>Vorwort .....</b>	<b>7</b>
<b>Teil I</b>	
<b>Warum wir oft daran scheitern, Gottes Willen zu erkennen .....</b>	<b>11</b>
<b>1. Was uns unbewusst antreibt .....</b>	<b>13</b>
Eigentlich müsste Gott doch ... .....	14
Unser Umgang mit Krisen und Krankheiten .....	18
Gott, der Antwortgeber <i>Elke Werner</i> .....	25
Gottes Wirken oder Zufall? .....	35
<b>2. Wie ist Veränderung möglich? .....</b>	<b>41</b>
Seelsorge oder Psychotherapie? .....	43
Alte Methoden versus neue Therapieformen .....	47
Der Selbsterlösungsweg der Esoterik .....	52
Was tun, wenn wir psychotherapeutische Hilfe brauchen? .....	60
<b>Teil II</b>	
<b>Den Seelenacker bearbeiten, um Gottes Willen näherzukommen .....</b>	<b>67</b>
<b>1. Familie – der Geburtsort von Bindungs(sstörungen) .....</b>	<b>75</b>
Bedingungslose Liebe der Eltern – ein Geburtsrecht der Kinder? .....	75
Warum Bindung so wichtig ist .....	83
Der Einfluss der Geschwister auf die Bindungserfahrung .....	93
Die Lernerfahrungen von Schwangerschaft, Geburt und Kleinkindalter .....	96
Wie entstehen Bindungsstörungen – auch wenn Eltern ihr Bestes geben? .....	108

<b>2. Wie kindliche Glaubenssätze unser Erwachsenenleben beeinflussen ..</b>	113
Die Entstehung von Glaubenssätzen .....	113
Wie wir aus Glaubenssätzen Verhaltensmuster bilden .....	121
Das unbewusste Lebensskript .....	130
Woran wir erkennen, dass die alten Muster die Regie übernehmen ..	137
<b>3. Die emotionalen Auswirkungen traumatischer Erlebnisse .....</b>	143
Was verstehen wir unter dem Begriff »Trauma«? .....	146
Grundlegendes zur Funktionsweise des Gehirns .....	155
Die Symptome eines Traumas .....	160
Wie Traumafolgen verarbeitet werden können .....	167
<b>4. Müssen wir vergeben, und wenn ja, wie geht das? .....</b>	175
Spricht unser Gewissen mit Gottes Stimme? .....	176
Uns selbst vergeben .....	184
Gott vergeben .....	191
Dem und der Nächsten vergeben .....	195
<b>Teil III</b>	
<b>Befreit, Gottes Willen zu tun .....</b>	205
<b>1. Wie Gott unsere Gaben nutzt .....</b>	209
<b>2. Woran wir erkennen, dass wir Gottes Willen erfüllen .....</b>	213
<b>Interview mit Elke Werner .....</b>	219
Gottes Führung in meinem Leben <i>Elke Werner</i> .....	224
<b>Dank .....</b>	231
<b>Anmerkungen .....</b>	233