

# Inhalt

*Ist der Mensch gesund, freut sich  
der Hund – meine These und ich*

6

*Lebe glücklich, lebe froh –  
wie geht's dem Mops im Haferstroh?*

14

**GESUND? WAS HEISST DAS EIGENTLICH?**

15

Was braucht der Mensch,  
um gesund zu sein?

15

Was braucht der Hund,  
um gesund zu sein?

20

**DURCH DIE BRILLE DES TIERES SCHAUEN**

22

Achtsamkeit – mal anders  
spazieren gehen

25

Gedankenreise:

Wenn ich mein Hund wäre

29

**WAS LÄUFT DA SCHIEF?**

32

Darf mein Hund sich alles von  
mir wünschen?

33

Hundegerechte Fütterung – nicht jedes  
Fehlverhalten ist eine Unart

34

Artgerechte Haltung von  
Hund und Mensch

39

Gedankenreise: Wie sieht mich  
mein Hund? Bin ich glücklich?

43

Die anderen sind schuld!

44

*Wenn Symptome sprechen könnten*

50

**RESONANZ – WAS IST DAS EIGENTLICH?**

52

Gedankenreise:

Schutzmantel anziehen!

55

**EIN BISSCHEN QUANTENPHYSIK UND  
DAS SCHÖPFERISCHE UNIVERSUM**

57

**SIEBEN PRINZIPIEN, NACH DENEN  
DIE WELT FUNKTIONIEREN KÖNNTE**

58

**SPIEGELPHÄNOMENE**

61

Das erste Spiegelphänomen:

Ich bin ein abfärbender Waldrufer

61

Das zweite Spiegelphänomen:

Ich trage das für dich

63

Das dritte Spiegelphänomen:  
Ausgleich – der Hund als  
loyaler Unwucht-Joker

65

**SPIEGLEIN, SPIEGLEIN AN DER WAND –  
WANN GEHT'S UM MICH, WANN NICHT?**

73

**GOLDENE SPIEGELREGEL:  
DAS MASS ALLER DINGE**

75

**EINGESPIELTE TEAMS**

78

**WAS TUN, SPRACH ZEUS?**

80

**MIT PROJEKTIONEN ARBEITEN**

82

Ändere die Art, wie du deinen Hund  
anschaut und er wird sich verändern!  
Umdeuten!

83

Glaubenssätze und Selbstkonzepte

89

Gedankenreise:

Kellerkinder füttern und pflegen

91

Das Dilemma mit den Affirmationen

93

**KAMPF DEM INNEREN SCHWEINEHUND!**

95

*Lösungsmöglichkeiten für  
die etwas schwierigeren Fälle*

99

**FÜNF SINNE UND EIN SECHSTER**

100

Tierkommunikation

101

**WIE DU ES MACHST, IST ES VERKEHRT**

104

Homöopathie, Bachblüten und Co  
Nomen est Omen!

112

**UND WENN ICH'S EINFACH NICHT  
ALLEINE HINBEKOMME?**

116

Aufstellungsarbeit

116

Imaginationstherapie

120

Kinesiologie

123

*Der Schlüssel zum Hundeglück*

125

**ÜBER DIE AUTORIN**

132

**ZUM WEITERLESEN ...**

133