

Inhaltsverzeichnis

7	Wie alles begann
8	Traumreisengedicht
9	Traumreisenseminare
10	Einstimmung
11	Faschingszeit - Narrenzeit
12	Die Sonne Sri Lankas
13	Südseezauber
15	Treppen
17	Fritzlar
19	Frühling in Bad Zwesten
21	Sonnenmeditation
23	Urlaubsträume
25	Urlaub in der Toskana
27	Kleinigkeiten
29	Spuren
31	Marbella
33	Über den Wolken
35	Nicht nur Jahreszeiten
37	Watteweich
39	Der Adler
70	Der Regenbogen
42	Die Wüste
43	Der innere Tresor
45	Der Mutmachbaum
47	Ein Ort der Ruhe
48	Baummeditation
50	Birkenmeditation
52	Buchenmeditation

54	Burg Landeck
56	Das Blumenkind
58	Atlantikküste
60	Der Bach
62	Der innere sichere Ort
65	Der Blumenstrauß
67	Dein schönster Geburtstagmorgen
68	Der Kuschelbär
70	Stille
72	Waldboden
74	Weites Land
75	Wunderwelt
77	Herbsturlaub
79	Himmlischer Winterwald
80	Wintervergnügen
82	Kerzenmeditation
83	Weihnachtsgedanken am Kamin
86	Zurückkommen
87	Inhaltsverzeichnis