

Inhalt

Einleitung..... 6

Null-Punkt-Geschichten..... 8

Die Krise..... 13

Das Nicht-gut-genug-Sein17

Go Wild – durchbrich die alten Muster33

 Die Richtung stimmt – das Gut-Genug-Sein 47

Das Be Enough System53

 Der Ort der Klarheit.....55

Das unbewusste System – der Autopilot.....63

Die Selbstkraft.....84

Innere Führung.....106

Mentale Arbeit..... 115

Be Enough.....123

Selbstheilung.....129

Schluss136

Dankansagen138

Autorin.....139