

Inhalt

Ein Wort an den Leser	7
Ein paar Umarmungen, ein paar Träume	9
Erkennen, Fühlen, Wollen	26
Zum Sinn verdammt	51
Die Balance zwischen Sein und Tun	70
Ein inneres Universum	97
Körper und Geist fallengelassen!	111
Plötzlich ein anderes Leben	126
Wer bin ich?	148
Narcissus oder die Selbstkontraktion	166
Zeit des Heilens	188
Psychotherapie und Spiritualität	205
Mit anderer Stimme	232
Estrella	253
Welche Hilfe hilft wirklich?	274
New Age	286
Hör doch nur, wie die Vögel singen!	306
Der Frühling ist jetzt meine liebste Jahreszeit	325
Die Weisheit der Rosen	343
Leidenschaftliche Gelassenheit	363
Die Probleme der Helfer	387
Mut und Gnade	410
Für einen strahlenden Stern	428
Literaturverzeichnis	443