

Vorwort von Veit Lindau	9
Einladung	13
Eine Reise zu dir selbst	15
Was ist mit »Perlen« gemeint?.....	19
Die ersten Perlen finden.....	23
Wie das Perlentauchen zu mir kam	31
Abuela und die vier Perlen	46
Das Perlentauchen anwenden	51
Was ist dein Thema?	53
Das Fragen	57
Das Fühlen	81
Was passiert nach dem Fragen?	107
Warum es wirkt	127
Die viel gerühmte Macht des Unbewussten	129
Deine stärkste Absicht	137
Emotionale Bedürfnisse	141

Was dir das Perlenttauchen schenkt.....	155
Die Sanftheit der Methode.....	157
Unschuld.....	167
Dankbarkeit.....	181
Quellen und Buchempfehlungen.....	187
Danksagung.....	188