

Über die Autorin	7
Vorwort.....	9
Sorgen für statt Sorgen um	12
Wo und was ist das Unbekannte?	16
Veränderte Sicht, veränderte Wahrheit.....	19
Weiterkommen – warum und wohin?	23
Fragezeit im Sinne des Friedens	27
Deine innere Klarheit	33
Wunsch nach Veränderung und Angst vor Veränderung	36
Gönnen können	44
Frieden durch Krieg erschaffen?	49
Was hat der innere mit dem äußeren Frieden zu tun?	54
Krieg oder Frieden mit und in deinem Körper	63
Mein Weg zu einem friedvolleren Menschen.....	69
The Work of Byron Katie	80
Ho’oponopono	89
Innerwise.....	93
Missverständnisse	98
Der Eisberg als Ganzes	104
Ein Wort zum Schluss.....	108
Danksagung.....	109
Hilfreiche Hinweise	110