

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	9
Vorinformationen.....	11
Der Weg zu den Heilschlüsseln für Lebensthemen.....	11
Heilung neu verstehen.....	13
Wie dieses Buch genutzt werden kann.....	15
Die Rolle von Wortcodes und ihre Bedeutung.....	17
Anwendung im Alltag.....	18
Teil 1 – Beziehungen & Nähe.....	20
Partnerschaft – wenn Liebe und Nähe herausfordern.....	20
Freundschaft – wenn Verbindungen brüchig werden.....	23
Familie – wenn alte Muster belasten.....	26
Kommunikation – wenn Missverständnisse den Alltag bestimmen.....	29
Intimität & Sexualität – wenn Nähe unsicher wird.....	32
Eifersucht – wenn Angst Besitz ergreift.....	35
Vertrauen in Beziehungen – wenn alte Wunden nachwirken.....	38
Bindungsangst – wenn Nähe Enge bedeutet.....	41
Verlustangst – wenn Trennung droht.....	44
Vergebung – wenn Verletzungen bleiben.....	47
Patchwork-Familie – wenn Systeme neu wachsen.....	50
Eltern & Kinder – wenn Erwartungen sich mischen.....	53
Familienrollen & Loyalität – wenn alte Prägungen fesseln.....	56
Einsamkeit – wenn die Verbindung fehlt.....	59
Trennung & Scheidung – wenn Wege auseinandergehen	62
Teil 2 – Beruf & Berufung.....	65
Geld & Finanzen – wenn Mangel regiert	65
Berufung – wenn der eigene Platz gesucht wird.....	68
Arbeit & Belastung – wenn der Alltag zu schwer wird.....	71
Erfolg & Anerkennung – wenn Wertschätzung ausbleibt.....	74
Sichtbarkeit – wenn man sich klein hält.....	77

Fülle-Bewusstsein – wenn Vertrauen fehlt.....	80
Selbstständigkeit – wenn Verantwortung drückt.....	83
Karrierewechsel – wenn der nächste Schritt ruft.....	86
Führung – wenn Entscheidungskraft gefordert ist.....	89
Team & Kooperation – wenn Konflikte lähmen.....	92
Prokrastination – wenn Aufschieben dominiert.....	95
Perfektionismus – wenn es nie genug ist.....	98
Kreativität – wenn Inspiration stockt.....	101
Zeit & Prioritäten – wenn alles zu viel wird.....	104
Teil 3 – Inneres Erleben.....	107
Selbstwert – wenn man sich klein macht.....	107
Selbstliebe – wenn man sich meidet.....	111
Schuld & Scham – wenn das Herz gefangen bleibt...114	
Angst – wenn Freiheit unmöglich scheint.....	117
Vertrauen – wenn Unsicherheit alles überschattet....	120
Kontrolle & Loslassen – wenn Halten zur Last wird	123
Entscheidungen – wenn Zweifel blockieren.....	126
Identität & Selbstbild – wenn Orientierung fehlt.....	129
Trauer – wenn Abschied nicht gelingt.....	132
Wut & gesunde Aggression – wenn Energie sich staut	
.....	135
Freude & Leichtigkeit – wenn der Ernst dominiert..	138
Resilienz – wenn Krisen das Leben prüfen.....	141
Selbstfürsorge – wenn die eigenen Grenzen fehlen..	144
Suchtmuster (digital, Konsum, Essen) – wenn Ersatz	
tröstet.....	147
Freude & Lebenskraft – wenn das Herz erwacht.....	150
Teil 4 – Gesellschaft & Welt.....	153
Macht & Ohnmacht – wenn äußere Kräfte bestimmen	
.....	153
Zugehörigkeit – wenn man sich fremd fühlt.....	156
Gerechtigkeitsempfinden – wenn das Leben unfair	
wirkt.....	159
Verantwortung & Überforderung – wenn alles auf dir	
lastet.....	162

Konflikte & Polarität – wenn Fronten verhärten.....	165
Medien & Reizüberflutung – wenn das Nervensystem dichtmacht.....	168
Wohnen & Raum – wenn das Zuhause nicht nährt...171	
Ortswechsel & Neuanfang im Außen – wenn ein Umzug ruft.....	174
Arbeit & Leistung – wenn das System dich fordert...177	
Wirtschaft & Sicherheit – wenn Geld zur Last wird..180	
Gemeinschaft & Gesellschaft – wenn Individualität verloren geht.....	183
Natur & Umwelt – wenn das Außenfeld krank macht	186
Politik & Systeme – wenn Strukturen starr bleiben...189	
Teil 5 – Veränderung & Transformation.....	192
Spiritualität & Sinn – wenn Fragen lauter werden.....	192
Intuition & innere Führung – wenn die leise Stimme fehlt.....	195
Manifestation & stimmige Ziele – wenn Wollen und Sein auseinander klaffen.....	198
Werte & Ausrichtung – wenn der Kompass wackelt. 201	
Veränderung – wenn Altes nicht mehr trägt.....	204
Loslassen – wenn Festhalten blockiert.....	207
Neubeginn – wenn Vertrauen wiederkehrt.....	210
Heilung & Ganzheit – wenn Integration ruft.....	213
Dankbarkeit & Timing – wenn Geduld schwerfällt...216	
Hinweise zur Anwendung	219
1 * Was sind Wortcodes? Wesen, Wirkung und Haltung	219
2 * Mit Wortcodes arbeiten: Vorbereitung, Anwendung und Rhythmus.....	221
3 * Integration und innere Arbeit.....	223
4 * Praktische Anwendung im Alltag.....	225
5 * Häufige Fragen und hilfreiche Antworten.....	228
6 * Sicherheit, Ethik und Selbstfürsorge.....	232
7 * Mini-Anleitungen zum Loslegen.....	235

Nachwort.....	238
Danksagung.....	239
Weiterführung.....	240
Anhang.....	242