

# Inhalt

|                                          |     |
|------------------------------------------|-----|
| Einleitung                               | 9   |
| 1. „Wie steht's um uns und unsere Erde?“ | 12  |
| 2. Öffne Dein Herz                       | 16  |
| 3. Wir sind aus Mutter Erde              | 22  |
| 4. Frei von Schuldzuweisungen            | 29  |
| 5. Den Fokus auf Liebe setzen            | 38  |
| 6. Mutter Erde als Lebewesen             | 48  |
| 7. Rückverbindung mit Mutter Erde        | 61  |
| 8. Du verbindest Erde und Universum      | 70  |
| 9. Bewohner der Erde                     | 76  |
| 10. Dualität und Polarität               | 86  |
| 11. Wie Innen so Außen                   | 92  |
| 12. Sei die Feder in der Waagschale      | 106 |
| 13. Leben mit den Elementen              | 117 |
| 14. Erdheilungsrituale                   | 123 |
| 15. Träume für Dich und Mutter Erde      | 131 |
| 16. Der Weg des Erdenhüters              | 138 |
| 17. Gebet an Mutter Erde                 | 143 |
| Dank                                     | 148 |
| Über die Autorin                         | 149 |