

INHALT

- 3 Editorial
4 Inhalt
-
- 6 Wie aromatische Düfte unsere Angst vertreiben
12 Emotional befreien mit der EFT-Klopfakupressur
15 Erfahrungsbericht Klopfakupressur
18 Selbsthilfe mit EFT: Wenn einen die Angst überfällt
20 Der Angst begegnen
-
- 26 Das „Gottes-Kastchen“- Ritual
28 Die belebende Kraft des Singens
36 Heilkräftige Persönlichkeiten: Hildegard von Bingen
41 Schnupfenviren Paroli bieten
44 Kurz und knapp
46 Mädesüß bringt Licht ins Dunkel
52 Veganes Backen in der Weihnachtszeit
-
- 60 Wussten Sie schon... ?
62 Bücherwelt
64 Vorschau
65 Impressum



6 **Wie aromatische Düfte unsere Angst vertreiben**



12 **Emotional befreien mit der EFT-Klopfakupressur**



20 **Der Angst begegnen**



46 Mädesüß bringt Licht ins Dunkel



28 Die belebende Kraft des Singens



52 Veganes Backen in der Weihnachtszeit



Sv. Hildegarda

36 Hildegard von Bingen

