

Inhalt

An die Eltern

Die eigene Fantasie in sich entdecken	9
Anleitung	14

An die Kinder

Die Welt ist voller Wunder	19
Anleitung	20
1. Baum-Meditation	23
2. Aufgehoben sein in der Welt	27
3. Himmel und Erde verbinden	31
4. Farbe, Duft und Licht	34
5. Schatztruhe	38
6. Botschaften der Tiere	42
7. Botschaften der Pflanzen	45
8. Die innere Welt	50
9. Der Garten Gottes	54
10. Krankheit und Schmerz	58
11. Atmen mit allem, was ist	62
12. Mein Zimmer, ich selbst	66
13. Innere Stille	69
14. Quelle	72
15. Paradies	76
16. Schutzengel	78
17. Die Reise zum Meer	81