

Indice

7	Prefazione <i>di Slavy Gehring</i>
11	Introduzione. Perché ho scritto questo libro
19	1. Perdonarsi. Perché è importante e come renderlo possibile
23	2. L'anima ferita lotta tra paura e amore
37	3. Il corpo e le emozioni, chiavi per il perdono
53	4. La realtà è uno specchio
63	5. Il tuo potere è nel fluire
71	6. Siamo tutti collegati
81	7. Ricordati chi sei
89	8. Amato, io sono la tua Anima
93	Appendice. Ricordati chi sei - Il metodo
103	Conclusioni... in fiaba
107	Ringraziamenti