

INHOUDSOPGAVE

Voorwoord	3
Inhoudsopgave	5
Inleiding	9
Handig om te weten over mij	13
Handig om te weten over systemen	17
Een onverwachte ontwikkeling	25
Begrip achteraf	33
CookCoaching – herhalende patronen	37
Ons fundament	47
Bewustzijn en groei	53
Op reis en thuiskomen	61
Een overvloed aan signalen	67
Terugblik, met de kennis van nu	79
Opruimen	87
Dankbaarheid	95
Eindelijk een dochtertje	99
Knop om	101
De doorbraak	105