

a 33 6465

Erika Kind



I'm free!

Erkenne, wer Du bist, indem Du ablegst,
was Du nicht bist!

FL BELL KIND

INHALTSVERZEICHNIS



Danke	6
Vorwort	8
Einführung	13
„Rendezvous mit Gott“	17

ERKENNE, WER DU BIST...

TEIL 1

Unser Wahres Ich

<i>Weshalb erleben wir, was wir erleben?</i>	25
<i>„Das Märchen vom Ego und vom unbewussten Ich“</i>	30
<i>Die Seele</i>	37
<i>Der Sinn des Lebens / Unsere Aufgabe</i>	43
<i>Äussere Einflüsse</i>	59
<i>Das Ego</i>	67

TEIL 2

Ursprünge von Ängsten und Blockaden

<i>Warum haben wir Angst?</i>	77
<i>Ist Angst ein Schutzmechanismus?</i>	82
<i>Angst entsteht im Kopf und Weisheit in unserem Herzen</i>	85
<i>Muss Leiden wirklich sein?</i>	90
<i>Veränderung</i>	97
<i>Druck von aussen</i>	103
<i>Innere Spannungen</i>	107
<i>Angst: Ursache oder selbst Symptom?</i>	111

... INDEM DU ABLEGST, WAS DU NICHT BIST!

TEIL 3

Wege in die Freiheit

<i>Das Prinzip der Dualität</i>	117
<i>Das Gegenteil von Angst ist Liebe</i>	134
<i>Das Werten der subjektiven Realität</i>	138
<i>Verbindung mit dem inneren Licht</i>	149
- <i>Leben im Hier und Jetzt</i>	150
- <i>Annehmen und Loslassen</i>	155
- <i>Meditation</i>	174
- <i>Geh in die Natur</i>	176
- <i>Positive Gedanken erzeugen positive Gefühle</i>	177
<i>Handeln aus dem inneren Licht heraus</i>	180
- <i>Das Gesetz der Anziehung</i>	180
- <i>Handlungen und Entscheidungen</i>	206
<i>Erkennen des Wahren Ichs</i>	211
- <i>Wiederfinden von Glauben und Vertrauen</i>	218
- <i>Freude im Herzen</i>	222
- <i>Glücklich sein ist unser Geburtsrecht</i>	225
<i>Dankbarkeit</i>	232

TEIL 4

Neuausrichtung

<i>„Die Wahl liegt bei uns“</i>	237
<i>Delete and Restart</i>	241
<i>Stell dich deinen Ängsten!</i>	252
<i>Glaub an dich!</i>	263
<i>Hilfsmittel und Affirmationen</i>	272
<i>Erkenne dein wahres Potential und finde deine Bestimmung</i> ..	280
<i>15 Grundsätze für ein befreites Ich</i>	290

Schlusswort	293
„The Power of the Dream“	300
Literaturverzeichnis	302
Über die Autorin	303