

# **Inhalt**

<b>Vorwort .....</b>	<b>8</b>
<b>Einleitung .....</b>	<b>11</b>
<b>Formen der Angst .....</b>	<b>15</b>
<b>Von einem der auszog, das Fürchten zu lernen – die Programmierung in deiner Kindheit .....</b>	<b>47</b>
<b>Lebe mutig deine Bestimmung – Numerologie .....</b>	<b>63</b>
<b>Traumabewältigung und Traumaübungen .....</b>	<b>91</b>
<b>Der große Angstnerv .....</b>	<b>103</b>
<b>Wie dein Darm deine Angst steuert .....</b>	<b>121</b>
<b>Engel schützen dich – die Power deiner Ahnen .....</b>	<b>133</b>
<b>Beziehungen: Wer verliebt sich: Du oder deine Angst? .....</b>	<b>141</b>
<b>Der Körper ist geronnener Geist, oder: Der Inhalt bestimmt die Hülle .....</b>	<b>149</b>
<b>Die globale Angst und wie du ihr entkommst .....</b>	<b>157</b>
<b>Angstfrei leben: Wie Meditation dein Unterbewusstsein stärken kann .....</b>	<b>163</b>
<b>Mutaubruch – hinein in dein angstfreies Leben .....</b>	<b>175</b>