

# Inhaltsverzeichnis

Danksagung	8
Vorwort von Michael Bernard Beckwith	10
An die Leserinnen und Leser	15
Die Frequenz finden	30
1 Unsere phönixgleiche Transformation	41
2 Inmitten von Frequenzen leben	77
3 Wie Sie sich Ihrer Gefühlsgewohnheiten gewahr werden	119
4 Befreien Sie sich von negativen Schwingungen	156
5 Spüren Sie Ihre Eigenfrequenz	191
6 Sich mit bewusster Empfindsamkeit in das Leben »einfühlen«	233
7 Beziehungsresonanz meistern	281
8 Hochwertige Lösungen, Entscheidungen und Pläne finden	325
9 Ein hochfrequentes Leben erzeugen	363
10 Beschleunigung zur Transformation	405
Glossar	420
Register	461