

| | |
|---|----|
| Einführung | 11 |
| Die Gaben emotionaler Reife..... | 13 |
| | |
| Lektion 1 Bei einem Kampf fühlen beide Seiten dasselbe | 15 |
| Lektion 2 Deine Emotionen zeigen dir, in was du investiert hast..... | 17 |
| Lektion 3 Deine Vergangenheit und die Vergangenheit deines Bruders gleichen sich | 19 |
| Lektion 4 Heilung durch Liebe..... | 21 |
| Lektion 5 Dein Zorn hat die Vergangenheit erschaffen..... | 23 |
| Lektion 6 Bei einem Streit projizierst du die Eigenschaften, die du an dir selbst nicht magst, auf deinen Gegner | 25 |
| Lektion 7 Bei einem Kampf greifst du dein Selbstwertgefühl an..... | 28 |
| Lektion 8 Du ärgerst dich immer nur über dich selbst..... | 29 |
| Lektion 9 Bei einem Kampf verurteilst du einen anderen Menschen als liebensunwürdig | 31 |
| Lektion 10 Emotionen sind Widerstand..... | 33 |
| Lektion 11 Bei einem Streit projizierst du deinen eigenen Ärger | 38 |
| Lektion 12 Grün vor Neid | 40 |
| Lektion 13 Depression heilen | 43 |
| Lektion 14 Emotionen als Abwehrstrategie..... | 44 |
| Lektion 15 Schuld als Abwehrstrategie | 47 |
| Lektion 16 Verletztheit als Abwehrstrategie..... | 48 |
| Lektion 17 Krankheit als Angst vor dem Erwachen | 50 |
| Lektion 18 Anderen Menschen zu helfen stärkt deinen Selbstwert..... | 52 |
| Lektion 19 Ein Problem heilen, wenn es auftritt | 54 |

| | | |
|------------|--|-----|
| Lektion 20 | Heilung betrifft immer die Vergangenheit..... | 56 |
| Lektion 21 | Die Beziehungsfallen | 58 |
| Lektion 22 | Die besondere Beziehung | 60 |
| Lektion 23 | Finde bei einem Kampf dein Vertrauen | 63 |
| Lektion 24 | Besondere Beziehungen und Emotionen | 65 |
| Lektion 25 | Ausreden | 67 |
| Lektion 26 | Emotionale Eigenverantwortung und spirituelle Heilung | 68 |
| Lektion 27 | Weise bei einem Kampf deinem Gegner keine Rollen zu | 69 |
| Lektion 28 | Was dir angetan wird..... | 70 |
| Lektion 29 | Vernachlässigung heilen..... | 75 |
| Lektion 30 | Unschuld ist die Wahrheit..... | 80 |
| Lektion 31 | Gib deine Angriffsgedanken auf | 82 |
| Lektion 32 | Wenn Verstehen eine Abwehrstrategie ist | 84 |
| Lektion 33 | Deine Gaben..... | 86 |
| Lektion 34 | Der Herzensbruch, den du um deiner selbst willen erlitten hast..... | 87 |
| Lektion 35 | Das Unterbewusstsein zeigt, dass äußere Faktoren keinen Einfluss auf dich haben..... | 89 |
| Lektion 36 | Negative Emotionen, die nicht zur Heilung genutzt werden, führen zu Manipulation, Kontrolle und Nötigung..... | 92 |
| Lektion 37 | Warum der Kampf? | 94 |
| Lektion 38 | Warum du in Fällen tappst | 96 |
| Lektion 39 | Jedes Problem und jeder Schmerz, den wir erleiden, ist eine Ausrede, um uns zu trennen | 98 |
| Lektion 40 | Emotionaler Schmerz weist auf eine Fehlschöpfung hin..... | 100 |
| Lektion 41 | Was die Welt bezeugt | 101 |
| Lektion 42 | Wenn du am Ende deiner Kräfte bist | 102 |
| Lektion 43 | Jeder Groll liefert dir die Ausrede, die du brauchst, um unabhängig zu sein..... | 104 |
| Lektion 44 | Götzen und Verstimmung | 106 |
| Lektion 45 | Emotionen röhren von einer Fehldeutung her | 108 |
| Lektion 46 | Emotionen zeigen, wo deine Regeln gebrochen wurden | 110 |
| Lektion 47 | Deine Emotionen stehen im Weg..... | 112 |
| Lektion 48 | Der sein, der du sein wolltest..... | 113 |
| Lektion 49 | Emotionen sind manipulativ | 115 |

| | | |
|------------|--|-----|
| Lektion 50 | Jeder Groll liefert dir die Ausrede, die du brauchst, um anzugreifen..... | 118 |
| Lektion 51 | Groll besteht aus alten Emotionen, die unser Herz verhärtzen.... | 119 |
| Lektion 52 | Meine Emotionen zeigen, dass ich Recht haben will..... | 120 |
| Lektion 53 | Ein Problem zeigt, dass du dich vor deinen Emotionen fürchtest..... | 122 |
| Lektion 54 | Die Hölle des Recht-haben-Wollens..... | 123 |
| Lektion 55 | Das Maß an Leblosigkeit in deinem Leben entspricht dem Maß deiner Aufopferung..... | 125 |
| Lektion 56 | Das Maß an Leblosigkeit und Aufopferung in deinem Leben entspricht dem Maß, in dem du dich versteckst | 128 |
| Lektion 57 | Wenn ein anderer Mensch dir Schmerz zufügt, hast du eine Wahl | 130 |
| Lektion 58 | Vernachlässigung und Wertschätzung..... | 132 |
| Lektion 59 | Der schnelle Weg aus der Toten Zone | 134 |
| Lektion 60 | Was du besitzen willst, besitzt dich | 136 |
| Lektion 61 | Deine Emotionen haben heimliche Bedürfnisse..... | 138 |
| Lektion 62 | Jeder Groll liefert dir die Ausrede, die du brauchst, um dich nicht ändern zu müssen | 139 |
| Lektion 63 | Je wahrer etwas ist, umso besser fühlt es sich an..... | 141 |
| Lektion 64 | Vernachlässigung, Schwäche und das Gefühl, nicht geliebt zu werden | 143 |
| Lektion 65 | Emotionen sind ein Angriff auf deine Zuversicht..... | 145 |
| Lektion 66 | Wenn du endlich loslässt | 147 |
| Lektion 67 | Nur deine Gedanken haben eine Auswirkung auf dich | 148 |
| Lektion 68 | Beziehungen – dein Zauberspiegel..... | 150 |
| Lektion 69 | Jede kleine Verstimming kann hilfreich sein | 152 |
| Lektion 70 | Der Zusammenhang zwischen Emotionen und Sünde | 155 |
| Lektion 71 | Passive Aggression..... | 157 |
| Lektion 72 | Emotionen und Ausbeutung..... | 159 |
| Lektion 73 | Lügen haben kurze Beine | 160 |
| Lektion 74 | Ein Rückblick auf alle deine Ärgernisse..... | 163 |
| Lektion 75 | Emotionen und dunkle Energie | 166 |
| Lektion 76 | Überwinde deine Liste an Klagen | 168 |
| Lektion 77 | Rollen, Stress und Selbstzentriertheit..... | 173 |

| | | |
|----------------|---|-----|
| Lektion 78 | Dich verstecken oder dein Licht leuchten lassen | 175 |
| Lektion 79 | Wie du andere Menschen erlebst | 177 |
| Lektion 80 | Das Wesen eines Konflikts..... | 178 |
| Lektion 81 | Das Bedürfnis nach Wichtigkeit | 180 |
| Lektion 82 | Der Teufelskreis aus Besonderheit und Unwürdigkeit..... | 182 |
| Lektion 83 | Die Prüfungen der Unzulänglichkeit | 184 |
| Lektion 84 | Die Allgegenwärtigkeit der Verschwörung von Beherrschung und Unterwerfung..... | 186 |
| Lektion 85 | Deine Vernachlässigung als Kind | 188 |
| Lektion 86 | Eine Erwartung kann nicht erfüllt werden..... | 189 |
| Lektion 87 | Aufopferung, Verbitterung und das Ego..... | 191 |
| Lektion 88 | Niemand ist schuld, aber jeder ist verantwortlich | 194 |
| Lektion 89 | Missverständnisse im Bezug auf Aufopferung..... | 197 |
| Lektion 90 | Du triffst die Entscheidung, dich aufzuopfern..... | 199 |
| Lektion 91 | Aufopferung und Verbitterung..... | 201 |
| Lektion 92 | Deine Selbstgerechtigkeit zeigt, wie sehr du im Unrecht bist.... | 203 |
| Lektion 93 | Das Ereignis, das dich am tiefsten verletzt hat..... | 205 |
| Lektion 94 | Starrsinn verbirgt Angst..... | 207 |
| Lektion 95 | Die Erfindung deiner selbst..... | 209 |
| Lektion 96 | Dein Ego ist eine mächtige Festung..... | 212 |
| Lektion 97 | Wenn du einen Groll hegst..... | 215 |
| Lektion 98 | Die Gedanken, die dich angreifen..... | 217 |
| Lektion 99 | Emotionen und das Ego..... | 218 |
| Lektion 100 | Die beliebten alten Herzensbrüche | 219 |
| | | |
| Nachwort | | 220 |