

# Was Dich erwartet

EIN WORT ZU BEGINN	15
--------------------	----

## PERSPEKTIVEN

❖ DIE REISE INS ICH	23
❖ DER GOLDENE SCHLÜSSEL DER ERKENNTNIS	27
❖ DIE ERSTE ERKENNTNIS	28

DAS ICH GESPENST

❖ DAS ICH GESPENST	30
❖ WAS WIR ALLES SIND	34
❖ WAS WIR ALLES NICHT SIND	36
❖ WAS DU NICHT SEIN KANNST	37
❖ DAS PARADOXON UNSERES SEINS	39
❖ UMWANDLUNG DURCH ERKENNTNIS	41
❖ DIE ZWEITE ERKENNTNIS	42
❖ DAS DRAMA BEENDEN	44
❖ WIDERSPRUCH LEBEN	45
❖ WISSEN	46
❖ BEWUSSTES WAHRNEHMEN UND ERKENNEN	47
❖ MEINUNGSFREI GLÜCKLICH	49
❖ GLAUBE AN DICH UND ANSONSTEN AN FAST NIEMANDEN	51
❖ ABHÄNGIGKEITEN IN VERANTWORTUNG VERWANDELN	53
❖ ANGST VOR VERÄNDERUNGEN	55
❖ ANGST VOR ABLEHNUNG	60
❖ EIN TRAUMA FÜR JEDEN	65
❖ DAS TRAUMA UND SEINE AUFLÖSUNG	68

❖ DEN SCHATZ ZURÜCKGEBEN	72
❖ VERWANDLE DIE ANGST IN VERTRAUEN	74
❖ DIE INNERE STIMME	77
❖ DU BIST DIE EINZIGE SPIELREGEL, DIE ES GIBT	79
❖ DIE INNERE DEMOKRATIE EINFÜHREN	81
❖ BEGINNE, DICH ALS GANZES WAHRZUNEHMEN	82
❖ ES GESCHIEHT ZUERST IM INNEREN	84
❖ MISSVERSTÄNDNIS TRAURIGKEIT	86
❖ DER NULL-PUNKT	88
❖ DAS DING MIT DER SELBSTVERANTWORTUNG	91
❖ BEGINNE DICH ANZUNEHMEN	92
❖ DURCH DIE UNWISSENHEIT HINDURCH	94
❖ IM LICHT DER TRANSFORMATION	96
❖ ABHÄNGIGKEITEN AUFLÖSEN	99
❖ SCHULDIG UND VERANTWORTLICH	103
❖ DIE GROSSE SELBSTLÜGE	105
❖ SELBST-BESCHULDIGUNGEN	110
❖ DIE ANGST	112
❖ ANGST VOR DER ANGST	114

❖	MISSBRAUCH UND DIE OPFER-TÄTER-ROLLE ENTLARVEN	120
❖	LEBEN UND STERBEN	122
❖	DER HASS	123
❖	HASS UND WUT TUN UNS GUT	125
❖	LEID UND SCHMERZ	128
❖	JA, DU KANNST ES	131
❖	GIB AUF	133
❖	ZEIT IM MEER DER VERGÄNGLICHKEIT	135
❖	DIE ZUKUNFT LOSLASSEN	136
❖	DIE GEGENWART LOSLASSEN	140
❖	DIE ZEITLOSIGKEIT	142
❖	DU BIST DER SINN DES LEBENS	143
❖	NEGATIV ODER POSITIV DENKEN – BEIDES IST QUATSCH	146
❖	WENN WÜNSCHE WAHRHEIT WERDEN	150
❖	DIE ENTSCHEIDUNG, IN FREUDE ZU LEBEN	152
❖	UND IMMER WIEDER SELBSTLIEBE	156
❖	DER GEFÜHLSNAVIGATOR	164
❖	ACHTE DEINE EIGENEN GRENZEN	166

❖ STREIT UND KONFLIKTE	169
❖ SEX, SEX, SEX UND NOCHMAL SEX	172
❖ OPFERE DICH NICHT AUF	176
❖ FRAGEN, DIE IN KONFLIKTEN WEITERFÜHREN	178
❖ WIE ICH MIR, SO ICH DIR	180
❖ DEN RICHTIGEN ZEITPUNKT ERWISCHEN	183
❖ FEHLER SIND GUT	184
❖ DAS LIEBE GELD	186
❖ DER INNERE FRIEDEN	189
❖ DIE TELEPHATHIE	192
❖ DIESES BUCH IST (K)EIN RATGEBER	197
❖ ALLES, WAS DU GLAUBST ZU WISSEN, IST FALSCH	199
❖ HEIMLICHE WAHRHEITEN IN UNSEREM INNEREN	201
❖ MEINE SEELE GEHÖRT NUR MIR ALLEIN	202
❖ DAS DING MIT DER INTUITION	204
❖ INTUITIVES SPRECHEN	205
❖ UNSERE WAHRTRÄUME	206
❖ UNSERE GEISTFÜHRER	208
❖ ERKENNE DICH ALS DIE WELT	211

❖	DIE DRITTE ERKENNTNIS	212
❖	ERKENNTNISSE, VISIONEN, ZAUBERSPRÜCHE	217

## EIN WORT ZUM SCHLUSS

❖	EIN-SEIN ALL-SEIN ICH-SEIN	241
---	----------------------------	-----

## ANHANG

❖	Über mich: Bernd Hüfner	253
❖	Über uns: GreatLife.Books	255
❖	Das könnte Dich auch interessieren	257