

Gerd Bodhi Ziegler

Selbstkontakt Vol. 2

Abschnitt	Nr.	Titel / Impuls	Länge
Einstieg	1	Auftakt mit dem Fokus im Innen	25:28
	2	Sanftes Ankommen im Selbstkontakt	23:20
	3	Bewusstseinsentwicklung mitten aus dem Leben	21:49
Kürzere Meditationen	4	Erreichbar sein für das Leben	8:26
	5	Erleben des grenzenlosen RAUMs	10:31
	6	ICH BIN – Atmung	14:31
	7	Weg in die All-Liebe	13:48
Vertiefung	8	Ausgiebig und tief Eintauchen ins SEIN	39:58
	9	Innerer Raum der Wunscherfüllung	17:18
	10	Strahlen der Herzenssonnen	20:18
	11	Einladung zum Herzensgebet für einen Lebensbereich	15:17
	12	Geschenke des Lebens und Durchschauen der Illusion	19:14
	13	Zugang zu Selbstfindung und Befreiung	26:49
Himmel und Erde	14	Anbindung an Erde und Himmel	14:23
	15	Begegnung von Himmel und Erde in dir	17:25
	16	Vermählung von Himmel und Erde in dir	20:20
	17	Den Himmel auf die Erde holen	17:08
Abschluss	18	Unser Beitrag zum Wirken der EINEN KRAFT	17:03
	19	ICH BIN was ICH BIN	14:32
Bonus	20	Licht und Liebe: Die Frequenz von dir selbst	12:06