

# Gerd Bodhi Ziegler

## Selbstkontakt Vol. 4

Abschnitt	Nr.	Titel / Impuls	Länge
Einstieg	1	Erfüllung unseres Menschseins	14:25
	2	Öffnen für den grenzenlosen RAUM des Bewusstseins	17:43
	3	Das Göttliche in der Weite und in Allem	16:16
	4	Die ewige Bewegung des Loslassens und Einlassens	19:27
Kürzere Meditationen	5	Verbindung nach innen und zum Göttlichen	8:17
	6	Allverbunden Sein und Einssein	12:09
	7	Grenzenloses Danke für das Geschenk des Lebens	8:39
Vertiefung	8	Wir steigen aus aus Bewertungen	27:53
	9	Erfahrung des Göttlichen durch den Körper	18:31
	10	Ankommen in und Sehnen nach unserem wahren inneren Zu	20:57
	11	Öffnen für Einssein	23:03
	12	Erinnern an unsere Freiheit	19:06
Ausrichtung in Liebe	13	Öffnung nach innen im Spannungsfeld von Liebe und Angst	15:57
	14	Impuls der Ur liebe	13:04
	15	Von Liebe erfüllte Grenzenlosigkeit	11:00
	16	Tor in die Liebe	9:18
	17	Frequenz von Licht und Liebe	16:28
Abschluss	18	Vom Fokus im Außen zur Heilung und Befreiung	25:00
	19	Bewusstes Hinatmen und Übergeben	22:33
	20	Bist du in Frieden mit der Wahrheit des Augenblicks?	23:51
Bonus	21	Die Herzqualität der Offenheit und ICH BIN ...	21:38