

Inhalt

Prolog Das Hamsterrad bleibt stecken	11
Vorwort	19

Kapitel 1

Befreie dich von deiner falschen Glaubenslast – und entdecke die beflügelnde Wahrheit	25
1.1 Als Königstochter geboren – Finde deine wahre Identität	26
1.2 Hand aufs Herz: Wie siehst du Gott wirklich?	32
1.3 Von Herz zu Herz – Lerne die göttliche Liebessprache kennen und überwinde deine „Sprachbarrieren“	38
1.4 Als Geliebte durchs Leben – von Gott und dir selbst	43

Kapitel 2

Entspanntes Leben in Gottes Gegenwart	51
2.1 Ankommen in „Gottes Gegenwart“ – was heißt das wirklich?	52
2.2 Leben in der Gegenwart Gottes heißt Leben in der Leichtigkeit des Neuen Bundes!	56

Kapitel 3

Gott, dein „Beflügelungshelfer“ – Lerne hinzuhören, wie Gott dich in die Freiheit ruft	65
3.1 Spitze deine geistlichen Ohren – werde eine Hörende und Empfangende!	66
3.2 Die unterschiedlichen Redensarten Gottes	69

Kapitel 4

Gebet – Lass dich von Gott erfüllen, anstatt nur eine Pflicht zu erfüllen	85
4.1 Gebet – Leistungssport oder Vertrauensübung?	86
4.2 Rede mit Gott von Herz zu Herz	93
4.3 Gebet verändert von innen	98

Kapitel 5

Erneuert euer Denken – Überwinde negative Gedanken und Gefühle	103
5.1 All die lieben Sorgen – verlieren ihre Macht	104
5.2 Und der Gedanke erschafft deine Welt – also erschaffe bedacht	116
5.3 Vertrauen ist eine Entscheidung	120

Kapitel 6

Deine Worte haben Macht – gebrauche sie weise	125
6.1 Unsere Worte – ein Spiegel unseres Herzens	126
6.2 Bekämpfe die alltäglichen „Beflüglungskiller“	133
6.3 Setze deine Stimme weise ein!	147

Kapitel 7

Liebe, die beflügelndste Kraft der Welt – Lerne zu lieben, und zwar so richtig	155
7.1 Die Nächstenliebe	156
7.2 Die blockierte Liebe	162
7.3 Die Selbstliebe	167
7.4 Die aktive Liebe	169
7.5 Die schützende Liebe	170
7.6 Die vergebende Liebe – auch mit einem geschundenen Herzen	172

Kapitel 8

Lebe der Sonne zugewandt	181
8.1 Dank verleiht Kraft	182
8.2 Glück oder Unglück, das ist hier die Frage – welche Perspektive nimmst du ein?	189

Kapitel 9

Ankommen dürfen bei deinem gütigen Gott	197
9.1 Über allem ruht Gottes Güte	198
9.2 Einatmen – aufatmen – sein: Komm an im Hier und Jetzt	216