

Leseprobe



Matthias A. Exl

Befreie dich selbst!

Inhaltsverzeichnis, S. 5 – 7



Inhaltsverzeichnis

Danksagung.....	9
Lächeln.....	11
Einleitung.....	13
Bin ich ein Sklave unserer Zeit?	17
Was macht mich zum Sklaven?.....	18
Das Leben – eine Strafkolonie?	21
Die Lügen und der Schein.....	25
Die Wahrheit	27
Meine erste persönliche Begegnung mit Gott	30
Krankheit des Menschen.....	37
Die Zukunft der Heilung.....	45
Krankheit des Systems	51
Was Gott ist und will.....	55
Was ist Karma?	61
Das Leben nach dem Tod	63
Das Spiegelgesetz.....	69
Zerstörung unseres Lebensraumes.....	79
Das Gesetz der Fülle	83
Die Transformation – der Weg zur Befreiung.....	91
Der Baum der Erkenntnis	93
Gottes größtes Geschenk bei Auflösung des Egos	94
Die 12 Zwillingsseigenschaften.....	100
Wie funktionieren die Zwillingsseigenschaften?.....	101
Thema „Schweigen“ – zwischen „Verschweigen“ und „Reden“	103
Thema „Reden“ – zwischen „Schweigen“ und „Schwatzen“	104

Thema „Unbeeinflussbarkeit“ –	
zwischen „Empfänglichkeit“ und „Starrsinn“	106
Thema „Empfänglichkeit“ –	
zwischen „Beeinflussbarkeit“ und „Unbeeinflussbarkeit“	108
Thema „Gehorchen“ –	
zwischen „Unterwürfigkeit“ und „Herrschen“	111
Thema „Herrschen“ –	
zwischen „Gehorchen“ und „Tyrannei“	113
Thema „Demut“ –	
zwischen „Sich demütigen“ und „Selbstvertrauen“	116
Thema „Selbstvertrauen“ –	
zwischen „Demut“ und „Überheblichkeit“	119
Thema „Besonnenheit“ –	
zwischen „Trägheit“ und „Schnelligkeit“	122
Thema „Schnelligkeit“ –	
zwischen „Besonnenheit“ und „Übereifer“	124
Thema „Alles annehmen“ – zwischen	
„Teilnahmslosigkeit“ und „Unterscheiden können“	126
Thema „Unterscheiden können“ –	
zwischen „Alles annehmen“ und „Verurteilen“	129
Thema „Friedenswille“ – zwischen	
„Sich nicht stellen wollen“ und „Kampfbereitschaft“	131
Thema „Kampfbereitschaft“ –	
zwischen „Friedenswillen“ und „Zanksucht“	133
Thema „Vorsicht“ –	
zwischen „Feigheit“ und „Mut“	135
Thema „Mut“ –	
zwischen „Vorsicht“ und „Waghalsigkeit“	137
Thema „Nichts besitzen“ – zwischen	
„Verachtung der Materie“ und „Über alles verfügen“	138
Thema „Über alles verfügen“ –	
zwischen „Nichts besitzen“ und „Besitzgier“	141
Thema „An nichts gebunden sein“ –	
zwischen „Lieblosigkeit“ und „Treue“	142
Thema „Treue“ –	
zwischen „An nichts gebunden sein“ und „Fanatismus“	145
Thema „Unbemerkt bleiben“ –	
zwischen „Selbstunterschätzung“ und „Sich zeigen“	147
Thema „Sich zeigen“ –	
zwischen „Selbstdarstellung“ und „Unbemerkt bleiben“	149

Thema „Todesverachtung“ – zwischen „Lebensverachtung“ und „Lebensschätzung“	151
Thema „Lebensschätzung“ – zwischen „Todesverachtung“ und „Maßlosigkeit“	153
Ihre persönliche Verwandlung	155
Die Arbeit mit den erkannten Eigenschaften.....	156
Das persönliche Gebet.....	156
Die zusätzliche Auflösung mit Hilfe des Spiegelgesetzes	157
Kritisches Hinterfragen des Egos und Ihre Zukunft.....	161
Sieben Stufen der Verwandlung.....	161
Gottes Hilfe für konkrete Situationen	165
Gott und die Wahrheit	165
Gott und die Gerechtigkeit	169
Gott und die Sicherheit	175
Gott und die Stille	178
Gott und das Gespräch	181
Gott und die Güte	184
Gott und die Vergebung	186
Gott und die Beziehung	189
Liebe oder Extrembeziehung	191
Beziehungen und falsche Glaubenssätze	192
Veränderung der Partnerschaft durch Visualisierung	193
Beziehungen und Karma	195
Beziehungen und der Aufbau von Bändern.....	196
Der Unterschied zwischen Mann und Frau auf energetischer Ebene	199
Richtlinien für eine gute Partnerschaft.....	202
Gott und die Gewaltlosigkeit	203
Gott und die Liebe	204
Was haben wir erfahren?	207
Das Experiment	209
 Literaturempfehlungen.....	213
Kontakt.....	215

Matthias A. Exl

Befreie dich selbst!

Über die Kunst,
wahrhaftig zu leben

Mankau Verlag, 1. Aufl. August 2008

215 Seiten (HC mit Schutzumschlag)

13,5 x 21 cm

16,95 € (D) | 17,50 € (A)

ISBN 978-3-938396-19-3



www.befreiung.at

Internetseite zum Buch „Befreie dich selbst!“, Presse-Downloads, Leseproben

www.mankau-verlag.de

Informationen zu Buch und Autor, Diskussionsforum mit dem Autor, Leseproben

www.matthiasexl.org

Persönliche Seite des Autors Matthias A. Exl



Das Experiment:

450.000

verkaufte Exemplare bis 2013!

„Jeder Mensch ist Schöpfer seiner eigenen Realität.“
Matthias A. Exl wagt das Unglaubliche und prognostiziert:
Im Jahr 2013 soll „Befreie dich selbst!“ 450.000 Mal verkauft worden sein. Ist das Ziel erreicht, fließt aus den Buch-Erlösen eine Spende von 100.000 Euro in insgesamt zehn anerkannte soziale Projekte (u. a. Solwodi e. V., Menschen helfen e. V., Green Ocean e. V., Kinderhilfe Bethlehem im Deutschen Caritasverband e. V.). Damit soll sich Exls Buch selbst beweisen.

