

INHALT

Vorwort 10

TEIL I „WEGE ZUR HARMONIE“

Meine Gedanken sind frei 16

Die Macht eines negativen Selbstbildes 18

Die Kraft des positiven Denkens 19

Affirmation, die Technik des positiven Denkens 25

Vom Umgang mit sich und dem anderen 30



Neun Geschichten zur Ermutigung 40

Schneesturm in den Rocky Mountains 42

Die zwölf Wollfäden 44

Die Rettung 46

Der Reichtum des armen Mannes 48

Die Augenblicke des Glücks 50

Yü Gung versetzt Berge 52

Das innere Feuer 54

Das Gottesurteil 56

Zwiegespräch für eine Person 58



61

N 23756

Wpisano do Księgi Akcesji

Wojewódzka Biblioteka Publiczna w Opolu

- Biblioteka Austriacka

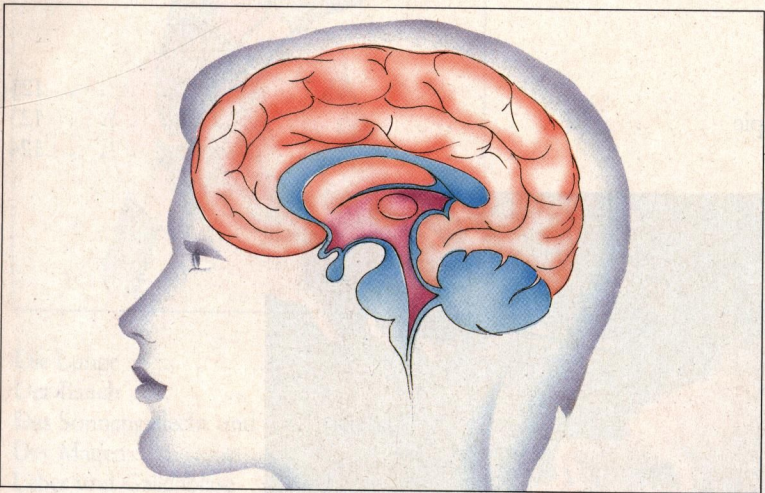
pl. Piłsudskiego 5, 45-706 Opole

tel./fax 077/ 474 70 85, www.wbp.opole.pl/austriacka

Akc. 22 / nr 22 / 16 / BN

TEIL II „MÖGLICHKEITEN HEIL ZU WERDEN“

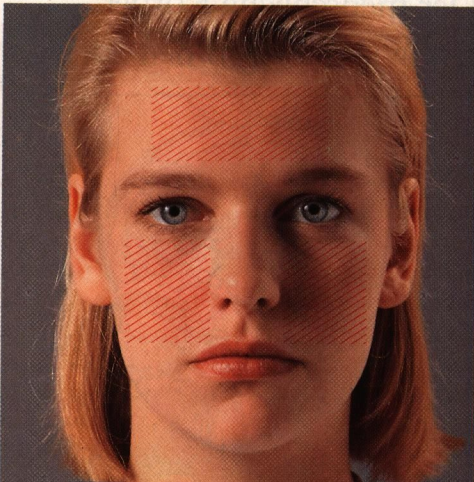
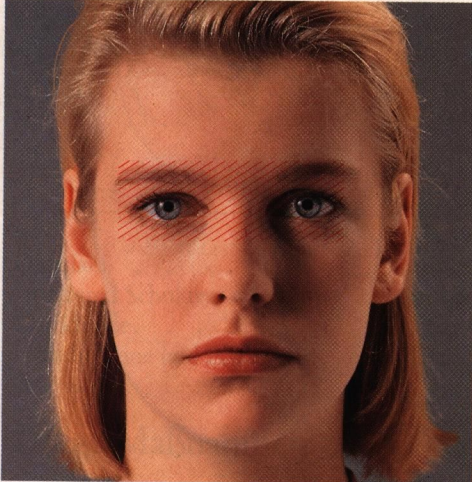
Grundsätzliches zu Naturheilverfahren	60
Der Mensch, eine Einheit aus Körper, Geist und Seele	62
	64



Naturheilkundliche Maßnahmen	67
----------------------------------------	----

körperlich

Akupressur	68
Akupressur nach Meisterpunkten	69
Akupunktur, Ohr-Akupunktur	76
Alexandertechnik	78
Aromatherapie	79
Bioresonanztherapie	79

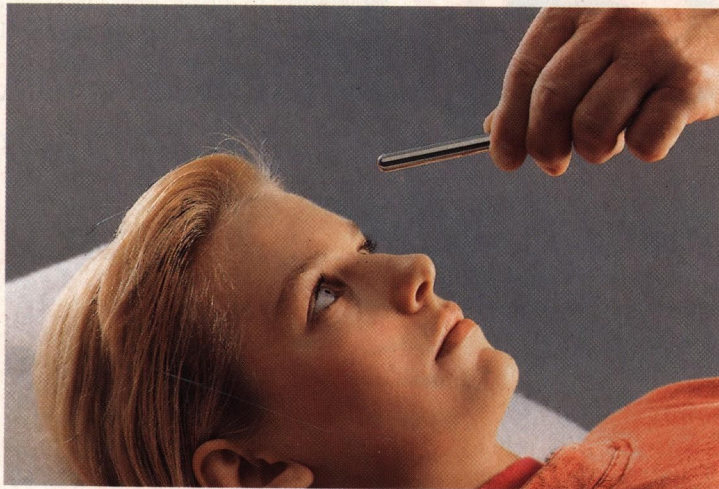


Chiropraktik	81
Diagnose aus dem Gesicht	82
EAS – Energetisches Ausgleichsverfahren	92
Eigenblut- und Eigenharnbehandlung	93
Farbtherapie	94
Homöopathie	108
Humoraltherapie	108

Infrarot- und Ultraviolettbestrahlung	110
Neuraltherapie	112
Ozontherapie	113
Pflanzliche Heilmittel	113
Radiästhesie	114
Reflexologie – Massage	116
Reflexzonentherapie der Hände	117
T'ai chi	120
Waschungen, Bäder, Wickel, Packungen etc.	121
YaYa	122

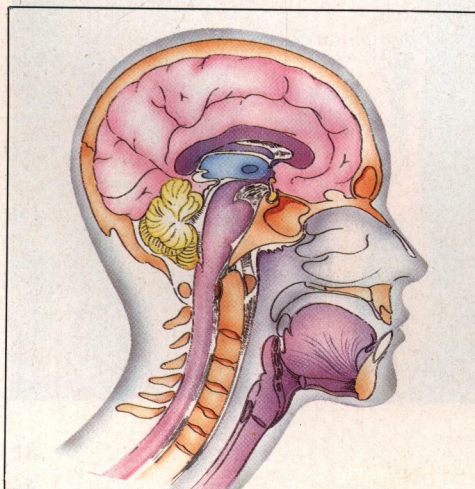
seelisch

Autogenes Training	123
Bach'sche Blütentherapie	123
Hypnose	124



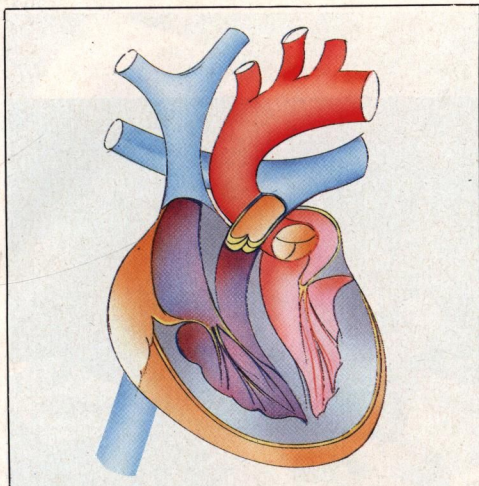
Imagination	126
Katathymes Bilderleben	127
Meditation	133

Der menschliche Körper und wie man ihm hilft	134
-----------------------------------------------------------	-----

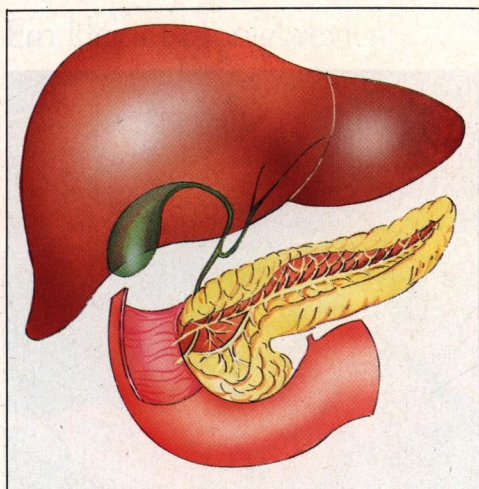


Der Kopf	138
Die Augen	144
Die Ohren	148
Die Nase	151

Mund und Rachen	154
Hals	157
Die weibliche Brust	164
Das Herz	166



Die Lunge	177
Der Bauch	183
Das Sonnengeflecht und das Zwerchfell	184
Der Magen	187
Leber und Gallenblase	195
Der Darm	202
Die Nieren und die Harnwege	208



Die Haut	217
Arme und Schultern	223
Wirbelsäule	231
Hüften, Beine und Füße	238
Psyche	249

Einige Maßnahmen zur Vorbeugung	256
-------------------------------------------	-----

TEIL III „MEDITATION“ 266

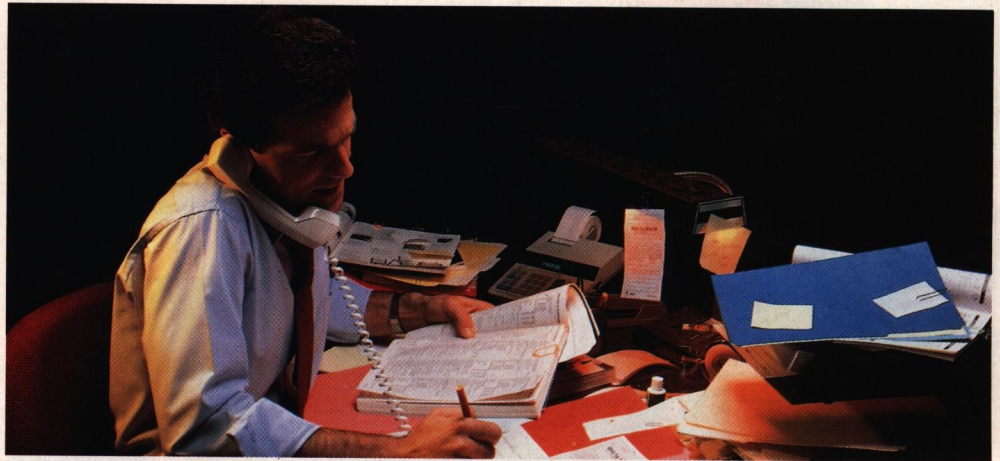
Vorwort	268
-------------------	-----

10 Meditationstexte	270
-------------------------------	-----

TEIL IV „LEBENSHILFE“ 290

Was heißt, ich soll leben? 292

Arbeitswut 298



Die zwei Arten des Gehorsams 302

Vom Schenken 306

Auch die Seele braucht Behandlung 310

Drogensucht 312



Gedanken über die Traurigkeit 316

Vom Zuhören 320

Wenn sich das Kind nachts ängstigt 322

Sexualität = Leistungssport? 326

Wir lassen uns scheiden 330

Getrennt in den Urlaub? 334

Haben wir genug Zeit für unsere Kinder? 338

Vom Umgang mit der Zeit	342
Alter und Ruhestand	348

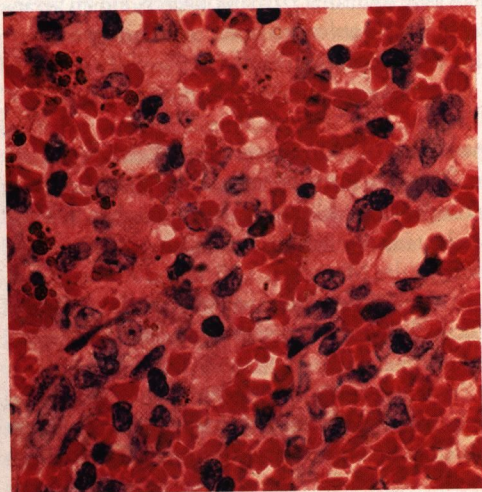


Gedanken über den Schmerz	356
-------------------------------------	-----

TEIL V „SERVICETEIL“

360

Nützliche Tips	362
Ein kleines Honigbrevier	368
Wissenswertes aus der Medizin	372
Wichtiges über Impfungen	373
EKG, Informationen zur Blutanalyse	375
Blutdruckmessung, Puls	378



EEG	379
Inkubationszeiten	380
Täglicher Kalorienbedarf, Umrechnungstabelle	381
Fremdsprachliche Bezeichnungen in der Medizin	382
Literaturliste	398