

# INHALT

Wichtige Anmerkung vorab .....	5
Psychosomatik und Gesundheit .....	7
Botschaft an den Leser .....	9
Über „Der Schlüssel zur Selbstbefreiung“ .....	11

## TEIL I

### DER SCHLÜSSEL ZU EINEM LEBEN IN GLÜCK

#### Lebensphilosophie für ein glückliches und gesundes Dasein

BEWUSSTWERDUNG. Über die Zugrundeliegenden Ursachen und die Fundamentale Lösung von Krankheiten .....	19
Krankheit ist lediglich ein ‚Symptom‘ einer viel tiefer liegenden Sache .....	21
Fundamentale Genesung – Einsicht und Verantwortung .....	22
„In Wahrhaftigkeit leben...“, aus dir selbst heraus, bedeutet Glück und Gesundheit .....	23
Bewusste Wahl – Lebenskraft und Gegenkraft .....	25
„Dem Leben nach‘ leben .....	25
Niemand kann Wahrheit besitzen, aber du kannst dich wohl auf Wahrheitsfrequenz, die Frequenz des Lebens selbst, abstimmen .....	28
Ein konkretes Beispiel... ..	29
Deiner wahrhaftigen Art treu sein .....	32
"Signale" als Wegweiser... ..	34
Wahrheitsinfrequenz .....	34
Jeder Mensch verfügt über Talente .....	35
Der Sinn des Lebens... ist das Leben selbst: der Mensch, der sein ‚Ich bin‘ im höchsten Glück erlebt, um es dann mit anderen Menschen zu teilen .....	36
Glaube an dich selbst! .....	36
Deine Zukunft gestaltest Du selbst... bewusst oder unbewusst .....	38
Die Zukunft ist nicht ‚vorbestimmt‘ .....	41
Krankheit als Signal .....	42
Deiner Natur vertrauen... Überzeugungen... Immunität... ..	45
Der Lösung auf den Grund .....	47
Emotionen als Wegweiser .....	52
Begierden .....	56
Folge niemandem anderem als dir selbst .....	57
Dein Lebendes Selbst jauchzt .....	58
Überleben oder... leben? Körperliche Unsterblichkeit? .....	63
Das Gottesbild .....	64
Liebe .....	66
Selbst-Liebe bedeutet keinesfalls Egoismus .....	67
Leben in einer Beziehung, in einer Freundschaft, in Liebe und Glück... ..	69
Über Liebe und Sexualität .....	73
Ein Schein-Leben ist ein Nährboden für Krankheit und Tod – Macht und Manipulation .....	75
Lieb-Sein ... ist etwas anderes als LIEBE .....	76

MENSCH LIEBT MENSCH. Der „männliche“ und der „weibliche“ Aspekt in jedem Menschen. Über das Zertrümmern von alten Zwangsvorstellungen. Hetero, Homo, zweigeschlechtlich? Asexuell?	
Transsexualität, Transgender?	78
LEBE! IN liebe	84
Der Kult des Äußerlichen oder: die schizoide, gespaltene Abweichung in unserer Gesellschaft, im Menschen selbst	87
Ernährung und Gesundheit. Höre auf deinen Körper, höre auf dein Lebendes Selbst	93
Fühlen lernen, wahrnehmen lernen, wie viel und was man essen sollte: für jeden Menschen ist dies anders	98
In Dankbarkeit genießen	98
Vererbung? Die Gene: eine dynamische Gegebenheit	99
Das Labyrinth und der Ausweg. Der Tod als letzte zu überwindende Krankheit	101
Signale ‚sehen‘ und ‚verstehen‘ lernen, ohne Fanatismus	102
Nichts „geschieht“ dir „einfach so“	104
Ein Beispiel zur Verdeutlichung	106
Was ist mit der Symbolsprache von Sternen und Planeten, von Ziffern und Zahlen, von Bäumen und Tieren?	118
Krankheit: Der Körper spricht eine Sprache	120
Infektion und Ansteckung	121
Heilung erreichen: mit oder ohne Hilfsmittel von außen?	122
Einsicht und Unwissenheit. Bewusstwerdung	126
Jenseits von Einstein: Bewusstseinsenergie steuert Materie	127
Verwechse ‚positiv denken‘ nicht mit ‚in Gedanken begehren‘	129
Hüte dich davor, Gedankenkräfte als ‚Machtmittel‘ zu missbrauchen	130
Gestalte dein Leben selbst	131
Kinder	132
Haustiere	134
Bewusstwerdung und Verantwortung	135
An einem „Irdischen Paradies“ bauen	136
HIER-UND-JETZT kannst du dein Leben erschaffen, nicht vom Gestern oder Morgen oder einem anderen Orte aus	137
Dankbarkeit: Der Schlüssel zum glücklichen Leben	138

## TEIL II

### DER SCHLÜSSEL ZU GESUNDHEIT UND GENESUNG

- **Psychologische Kernursache und Kernlösung von Erkrankungen**
- **Psychologische Symbolik der Körperteile**
- **Einsichten über: Emotionen, psychische Symptome, Sexualität, authentische Körperform, genetische Muster usw.**

⇒ Von A bis Z : siehe Index am Ende dieses Buches ..... 141

**Alphabetischer Index der in TEIL II behandelten Themen** .....1577

**Bemerkung** .....1648