

# Inhalt

Vorwort . . . . .	11
<b>I. Übung . . . . .</b>	<b>13</b>
Warum zu Beginn eine Übung anstatt Theorie? . . . . .	15
<b>II. Vom Pfarrer zum Geistigen Heiler . . . . .</b>	<b>17</b>
Mein Weg zum und mit dem Geistigen Heilen . . . . .	17
Meine Motivation, geistig zu heilen . . . . .	19
<b>III. Über das Geistige Heilen . . . . .</b>	<b>21</b>
Was ist Geistiges Heilen? . . . . .	21
Was Geistiges Heilen nicht ist	23
Was ist eine Fernbehandlung?	23
Funktioniert Geistiges Heilen immer?	24
Ist Geistiges Heilen lernbar?	24
Ist Geistiges Heilen auch bei Kindern möglich?	24
Oder bei Tieren?	25
Was macht ein Heiler konkret im Geistigen Heilen? . . . . .	25
Wie läuft eine Behandlung in Geistigem Heilen ab? . . . . .	26
Wie lange dauert eine Behandlung im Geistigen Heilen?	27
Wie läuft eine Fernbehandlung ab?	27
Wie viele Behandlungen sind erforderlich?	28
Wie viel kostet eine Behandlung im Geistigen Heilen?	29
Werden die Kosten für Behandlungen im Geistigen Heilen von den Krankenkassen übernommen?	30
Hat man bei einer Behandlung im Geistigen Heilen Kontrolle über sich selbst?	30
Wie schützt man sich vor Scharlatanerie?	31
<i>Honorar · Versprechen und Diagnosen · Dauer der Behandlung         · Informationen · Ausbildung und Erfahrung des Heilers ·         Zusammenarbeit mit anderen Therapien · Einmischung in das         persönliche Umfeld · Grundsätzliches</i>	
Was empfindet man bei einer Behandlung? . . . . .	33
Was muss man während einer Behandlung tun? . . . . .	34
Einstellung zum Geistigen Heilen	35

Gibt es Nebenwirkungen? . . . . .	35
Was bedeutet Heilung? . . . . .	36
Woher kommt die Kraft, die heilt? . . . . .	38
Muss ich (an) etwas glauben? 39	
Wer ist es, der oder die heilt? 40	
Wer also heilt? 40	
Lassen sich die Kräfte beim Geistigen Heilen unterscheiden? . . .	41
Wo kann Geistiges Heilen helfen? . . . . .	41
Wo hat Geistiges Heilen schon geholfen? 43	
Bei mir hat Handauflegen nicht genützt – Fallstricke und Stolpersteine im Zusammenhang mit dem Geistigen Heilen 44	
<i>(Zu) starker und ausgeprägter Wunsch · Kein Vertrauen in         jegliche Verbesserung · Angst vor Veränderungen · (Zu) starkes         Wunschdenken · Heilung als K(r)ampf</i>	
Zusammenfassung 47	
Sinn und Bedeutung von Krankheiten und Krisen . . . . .	48
Wieso ist Leiden überhaupt vonnöten? 49	
Wie steht Geistiges Heilen zur Schulmedizin oder anderen Therapien? . . . . .	51
Konklusion: Geistiges Heilen ist... . . . . .	53
Gründe, sich mittels Geistigen Heilens behandeln zu lassen . . .	53
Mein Verhaltenskodex . . . . .	54
Grundsätzliches zum Geistigen Heilen . . . . .	55
Wie findet man den richtigen Heiler oder die richtige Heilerin? .	55
 <b>IV. Heilungsgeschichten . . . . .</b>	 57
Vorstellungen . . . . .	57
Nichts als Liebe . . . . .	59
Nach einer einzigen Behandlung die Krücken wegwerfen? Über Erwartungen . . . . .	61
Kissen am Bauch . . . . .	62
Beten ohne zu beten . . . . .	63
Wunder . . . . .	64
Wer heilt? . . . . .	68
Auf Wolke 77 . . . . .	70
Wundersame Brotvermehrung . . . . .	71
Orangefarbene Schwingung . . . . .	73
Vom Sitzen und vom Sich-Bewegen . . . . .	76

<b>V. (Selbst-)Heilungsübungen</b>	<b>79</b>
Übung I: Den Körperempfindungen nachgehen und nachgeben	80
Übung II: Handauflegen	81
Übung III: Hand aufs Herz	83
Übung IV: Wasser trinken	85
Übung V: Gut atmen	86
Übung VI: Sich gut hinstellen	87
Übung VII: Sanfter Druck auf die Augen	88
Übung VIII: »Verkehrt« beten	89
Übung IX: Sich niederwerfen	91
Übung X: Embryo lässt grüßen	93
Übung XI: Atem, Bewegung, Stimme	94
 <b>VI. Meditationen</b>	 <b>95</b>
Meditation I: Verheißungen annehmen	95
Meditation II: Liebe empfangen	97
Meditation III: Und führe uns durch die Versuchung	99
Meditation IV: Kunde tun	100
Meditation V: An der Hand nehmen	102
Meditation VI: Leuchtende Augen	103
Meditation VII: Aufrecht gehen	105
Meditation VIII: Heilung als Prozess	110
Meditation IX: Heilen ist beten	112
 <i>Glossar</i>	 114
<i>Weiterführende Literatur</i>	117
<i>Nützliche Websites</i>	117
<i>Anmerkungen</i>	118
<i>Dank</i>	124
<i>Über den Autor</i>	125