

Inhalt

Vorwort	11
I. Übung	13
Warum zu Beginn eine Übung anstatt Theorie?	15
II. Vom Pfarrer zum Geistigen Heiler	17
Mein Weg zum und mit dem Geistigen Heilen	17
Meine Motivation, geistig zu heilen	19
III. Über das Geistige Heilen	21
Was ist Geistiges Heilen?	21
Was Geistiges Heilen <i>nicht</i> 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
Honorar · Versprechen und Diagnosen · Dauer der Behandlung · Informationen · Ausbildung und Erfahrung des Heilers · Zusammenarbeit mit anderen Therapien · Einmischung in das persönliche Umfeld · Grundsätzliches	
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	
(Zu) starker und ausgeprägter Wunsch · Kein Vertrauen in	
jegliche Verbesserung · Angst vor Veränderungen · (Zu) starkes	
Wunschdenken · Heilung als K(r)ampf	
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
IV. Heilungsgeschichten	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

V. (Selbst-)Heilungsübungen	79
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
VI. Meditationen	95
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