

# INHALT

Einleitung	9
------------	---

## GESUNDHEIT 13

1	Harmonie ist der Schlüssel	14
2	Ton und Rhythmus	20
3	Eigenverantwortung und Selbstfürsorge	27
4	Die Wurzel der Krankheit entfernen	30
5	Die Macht der Gedanken	36
6	Die Kraft des Wortes	41
7	Das Geheimnis des Magnetismus	48
8	Hoffnung als Kraft der Intelligenz	52
9	Die Entwicklung der Intuition	59
10	Der schöpferische Geist in uns	65
11	Die Macht der Imagination	71
12	Glaube – Mysterium des Lebens	77

## HEILEN 85

Die Hauptaspekte des Heilens	86
Gleichgewicht 1	86
Gleichgewicht 2	86
Atem	87
Heilen mit den Fingerspitzen	87
Das Nachverfolgen von Krankheiten	88
Eine Hauptursache für alle Krankheiten	89
Gründe für Müdigkeit	90
Gleichgewicht 3	91
Schmerz	92
Heilen durch Medikamente	93
Die psychologische Natur der Krankheiten	94
Ursachen von Krankheiten	94
Magnetkraft	95
Atmung	96
Störungen der psychischen und seelischen Gesundheit	97
Geist, innerstes Wesen	98

Die Entstehung von Krankheiten	99
Die Wirkungen der Nahrung	100
Selbstkontrolle	101
Das menschliche Wesen	102
Die Entwicklung von Kraft	103
Atem	103
Reinigung	104
Rhythmus	104
Die Kraft des Atems	106
Eine gemeinsame Ursache für alle Krankheiten	106
Die Entwicklung von Energie in den Fingerspitzen	108
Die Macht der Gegenwart	108
Die Kraft des denkenden und fühlenden Geistes	109
Die Macht der Konzentration	110
Energie in die Ferne senden	110
Die Anwendung von Heilkraft	112
Heilen durch Talismane	112
Magnetisiertes Wasser	113
Heilung durch den Atem	113
Heilen durch magnetisches Streichen der Hände	114
Heilen durch Berührung	115
Heilen durch den Blick	116
Heilen durch Suggestion	117
Heilung durch Präsenz	117
Heilung durch Gebet	118
Fernheilung	119
Verschiedene Heilmethoden	121
Der Ursprung des Heilens	121
Heilen mit dem Körper	123
Mentale Heilung	125
Spirituelles Heilen	126
Abstrakte Heilung	127

## MENTALE REINIGUNG 129

Mentale Reinigung	130
Verlernen	140
Die Unterscheidung zwischen fein und grob	150
Meisterschaft	160
Körperbeherrschung	168

Die Beherrschung des Geistes 1	175
Die Beherrschung des Geistes 2	184
Die Macht der Gedanken	192
Konzentration	198
Der Wille	203
Mystische Entspannung 1	209
Mystische Entspannung 2	218
Magnetismus	227
Die Kraft in uns	233
Das Geheimnis des Atems	242
Das Mysterium des Schlafs	250
Stille 1	259
Stille 2	264
Träume und Offenbarungen 1	269
Träume und Offenbarungen 2	275
Einsicht 1	280
Einsicht 2	288
Die Erweiterung des Bewusstseins	297

## DIE WELT DES GEISTES 309

1 Spiegelungen zwischen Menschen und Tieren	310
2 Spiegelungen zwischen Lebenden und Gestorbenen	316
3 Wie sich etwas einprägt	323
4 Der Spiegel des Unterbewussten	328
5 Die Klärung des Spiegels des Herzens	334
6 Wir werden, was wir denken	342
7 Persönlichkeitsbildung und Schicksal	348
8 Entwicklung durch Spiegelung	354
9 Der große Kreislauf	359
10 Vererbung	367
11 Lebendiges Lernen	372
12 Einfluss von Vorbildern	378
13 Das Göttliche spiegeln	383
 Hazrat Inayat Khan – Kurzbiografie	 391
Das Herz mit Flügeln	393

Der Ölbaum	394
Verzeichnis der verwendeten Namen und Begriffe	396
Quellenangaben	400
Stichwortverzeichnis	402