

LOUISE L. HAY

mit

MONA LISA SCHULZ

GESUND SEIN

Das neue Programm
zur Selbstheilung

Aus dem Amerikanischen übersetzt
von Angelika Hansen

Allegria

INHALT

Ein Willkommensgruß von Louise 9

Die Integration heilender Methoden 11

Gesund Sein – Ihr Selbsteinschätzungs-Test 21

Medizinische Versorgung: Eine Perspektive 38

Wir sind eine Familie – Das erste emotionale Zentrum:
Knochen, Gelenke, Blut, Immunsystem und Haut 44

Es gehören immer Zwei dazu – Das zweite emotionale Zentrum:
Blase, Fortpflanzungsorgane, Kreuz und Hüften 74

Eine neue Herangehensweise – Das dritte emotionale Zentrum:
Verdauungssystem, Gewicht, Nebennieren,
Bauchspeicheldrüse und Suchtverhalten 99

Süße Gefühle – Das vierte emotionale Zentrum:
Herz, Lunge und Brüste 134

Es gibt was zu bereden – Das fünfte emotionale Zentrum:
Mund, Hals und Schilddrüse 162

Plötzlich sehe ich klar – Das sechste emotionale Zentrum:
Gehirn, Augen und Ohren 187

Veränderungen – Das siebte emotionale Zentrum:
Chronische und degenerative Störungen sowie
lebensgefährliche Krankheiten 214

Die Gesund-Sein-Tabellen 233

Eine abschließende Bemerkung von Louise 300

Endnoten 301

Bibliografie 321

Danksagungen 329

Über die Autorinnen 335