

JOHANNA HETZNER

Hausapotheke der geistigen Heilweisen



arkana

Inhalt

Vorwort	9
Heilung mit dem Geist	13
Den Geist konstruktiv nutzen	15
Die Frage der Motivation	21
Die grundlegenden Methoden	26
Eine Energieübung zur Vorbereitung	27
Unterstützung aus geistigen Sphären	30
Die Quantenheilung	35
Visualisierungen	51
Die Pyramidenenergie	53
Auraarbeit	59
Pranaheilung	65
Innere Offenheit	68
Geistige Heilung für allgemeines Wohlbefinden	71
Ideen für eine gesunde Alltagspraxis	72
Ungünstige Alltagsmuster auflösen	81
Soforthilfe für zu Hause, den Arbeitsplatz und unterwegs	86
Heilung für Gemüt und Seele	100
Auswege aus der Stressfalle	100

Inhalt

Ausgleich von Stimmungsschwankungen	108
Einen gesunden Umgang mit Gefühlen finden	111
Die innere Familie heilen	129
Heilung für den Bewegungsapparat	133
Verspannungen	133
Heilung nach Unfällen	134
Degenerative Erkrankungen lindern	136
Darf man immer etwas tun?	142
Organe therapieren	145
Ihre Organe können sprechen	145
Ein Körperteil hilft dem anderen	154
Körperreisen zur Harmonisierung der Organe	162
6 Zeitreisen zur Ursache der Beschwerden	166
Geistige Vorbereitung von operativen Eingriffen	180
Die Arbeit im geistigen Labor	183
Mit typischen Zivilisationskrankheiten umgehen	189
Migräne per Zeitreise auflösen	189
Wechseljahres- und Schilddrüsenprobleme lindern	192
Hilfe bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen	197
Wie mit Demenz umgehen?	199
Das große Thema Krebs	200

Die Last der Angehörigen lindern	213
Was können Angehörige für sich selbst tun?	215
Was können Angehörige für den Kranken tun?	227
Unbeschwerte Kindheit	241
Alltagshilfen	242
Helferwesen einbeziehen	248
Zum Abschluss	252
Übungsregister	254