

Heile Deinen Körper

Seelisch-geistige Gründe für körperliche Krankheit und ein ganzheitlicher Weg, sie zu überwinden. Ursprung war/ist das Büchlein von Louise L. Hay. Abgeschrieben, gestaltet und erweitert von Roli Wyss

Inhaltsverzeichnis

[Einführung](#)

[Unsere Macht liegt im Hier und Jetzt](#)

[Mentale Entsprechungen](#)

[Das Ersetzen alter Denkmuster](#)

[Affirmationen zur Heilung](#)

[Wirbelverschiebungen](#)

[Wirbelsäule Tabelle 1](#), Versorgungsgebiete / Auswirkungen

[Wirbelsäule Tabelle 2](#), Vermutliche Ursache / Neues Denkmuster

[Weitere Anmerkungen](#)

[Behandlung durch Liebe](#)

Alle Krankheit hat ihre Ursache in der Seele und kommt über die Nerven in die Organe des Leibes. Wenn ihr euch erregt im Zorn, im Schmerz oder in zu grosser Freude, dann verändert sich euer Blut und wird anfällig für Krankheiten.



Einführung

In dieser überarbeiteten Ausgabe möchte ich dir einen der Gründe anvertrauen, wieso ich weiß, dass – durch eine einfache Umwandlung von Gedankenstrukturen – jede Krankheit in ihr Gegenteil verwandelt werden kann.

Vor ungefähr sechs Jahren erhielt ich die Diagnose, dass ich Vaginalkrebs habe. Mit meiner Vorgeschichte, als Fünfjährige vergewaltigt und ein misshandeltes Kind gewesen zu sein, war es kein Wunder, dass ich Krebs im Bereich der Vagina manifestierte. Seit mehreren Jahren bereits im »Geschäft des Heilens« tätig, war mir ganz klar, dass ich jetzt eine Chance erhalten hatte, an mir selbst zu arbeiten und das zu beweisen, was ich andere lehrte.

Wie jeder, dem gerade gesagt wurde, er habe Krebs, so geriet auch ich in eine totale Panik. Dennoch wusste ich, dass geistiges Heilen funktioniert. Ich erkannte: Wenn ich mich operieren ließ und das Gedankenmuster nicht auflöste, dann würden die Ärzte nur immer weiter an Louise herumschneiden, bis es keine Louise mehr zu schneiden gäbe. Wenn ich mich nicht operieren ließ und das Gedankenmuster auflöste, welches den Krebs verursachte, dann würde der Krebs nicht zurückkommen. Wenn der Krebs oder irgendeine andere Krankheit wiederkommt, dann meiner Meinung nach nicht, weil der Arzt nicht »alles herausholen« konnte,

sondern weil der Patient in seinem Bewusstsein nichts geändert hat und sich daher wieder dieselbe Krankheit schafft. Ich wusste ebenfalls, wenn ich das Gedankenmuster auflösen konnte, welches diesen Zustand, Krebs genannt, hervorgerufen hatte, dann würde ich keinen Arzt brauchen. Also handelte ich mir Zeit aus. Der Arzt gab mir widerstrebend drei Monate, wobei er mich warnte, dass mein Leben durch diesen Aufschub in Gefahr gerate.

Ich begann sofort, mit meinem eigenen Lehrer daran zu arbeiten, die Muster aufzulösen, denen Groll zugrunde liegt. Bis zu diesem Moment hatte ich nicht zugegeben, dass ich tiefen Groll in mir hatte. Wir sind oft so blind für unsere eigenen Muster; »wir können den Wald vor lauter Bäumen nicht sehen«. Außerdem ging ich noch zu einem Heilpraktiker, um meinen Körper vollkommen zu entgiften. Mit dieser geistigen und körperlichen Reinigung konnte ich dann nach sechs Monaten die Ärzteschaft dazu bringen, mir zu bescheinigen, was ich bereits wusste: Ich hatte keinerlei Form von Krebs mehr. Ich bewahre den ersten Laborbericht noch auf als mahnende Erinnerung an das Ausmaß meiner negativen Kreativität.

Wenn jetzt ein Klient zu mir kommt – wie schlimm seine Lage auch sein mag – weiß ich, dass fast alles geheilt werden kann, wenn er bereit ist, auf Bewusstseinsebene daran zu arbeiten. Das Wort »unheilbar«, das vielen Menschen solche Angst macht, bedeutet in Wirklichkeit nur, dass das betreffende Leiden nicht durch »äußerliche« Methoden kuriert werden kann, sondern dass wir nach innen gehen müssen, um die Heilung herbeizuführen. Das Leiden kam aus dem Nichts und wird wieder in das Nichts eingehen.

Unsere Macht liegt im Hier und Jetzt

... hier und jetzt, in unserem eigenen Bewusstsein. Es ist unwichtig, wie lange wir schon negative Muster haben oder eine Krankheit oder eine miserable Beziehung oder Geldmangel oder Selbsthass; wir können heute beginnen, das zu ändern. Unsere Gedanken und die von uns wiederholt benutzten Worte haben unser Leben und unsere Erfahrungen bis jetzt geformt. Doch das ist altes Denken, das haben wir schon hinter uns. Die Gedanken und Worte, für die wir uns heute, jetzt, entscheiden, werden unser Morgen bestimmen, wie auch den nächsten Tag und nächste Woche und nächsten Monat und nächstes Jahr usw. Unsere Macht liegt immer im Hier und Jetzt. Da machen wir die Änderungen. Welch ein befreiender Gedanke. Wir können den alten Unsinn endlich loslassen. Jetzt, in diesem Moment. Auch der kleinste Anfang ändert schon etwas.

Als winziges Baby warst du reine Freude und Liebe. Du wusstest von deiner Bedeutung. Du fühltest dich als Mittelpunkt des Universums. Du hattest solchen Mut; du sagtest, was du haben wolltest, und hast alle deine Gefühle offen ausgedrückt. Du hast alles an dir geliebt, jeden Teil deines Körpers, einschließlich deiner Ausscheidungen. Du wusstest, dass du vollkommen bist. Und das ist die Wahrheit deines Seins. Der Rest ist angelernter Unsinn und kann wieder verlernt werden.

Wie oft haben wir gesagt: »So bin ich eben«, oder: »So sind die Dinge nun mal.« Was wir wirklich damit sagen, ist, dass »wir glauben, dass das für uns so stimmt.« Meist reflektiert das, was wir glauben, nur die Meinung von jemand anderem, die wir akzeptiert und in unser eigenes Glaubenssystem aufgenommen haben. Sie passt zu den anderen Dingen, die wir glauben. Wenn uns als Kind beigebracht wurde, dass die Welt ein gefährlicher Ort sei, dann werden wir alles, was zu diesem Glauben passt, als unsere Wahrheit akzeptieren. »Trau keinem Fremden.« »Geh nachts nicht aus.« »Die Menschen betrügen dich«, und vieles mehr. Wenn wir dagegen schon in den ersten Lebensjahren gelernt haben, dass die Welt ein sicherer und erfreulicher Aufenthaltsort ist, dann werden wir andere Sachen glauben. »Liebe ist überall.« »Die Menschen sind freundlich.« »Geld kommt mir mühelos zu«, und so weiter.

Nur selten stellen wir in Frage, was wir glauben. Zum Beispiel: Warum glaube ich, dass mir Lernen Mühe macht? Ist das wirklich wahr? Ist es jetzt für mich wahr? Woher kam dieser Glaube? Glaube ich es immer noch, weil es mir irgendein Grundschullehrer ständig gesagt hat? Ginge es mir vielleicht besser, wenn ich diesen Glauben fallen ließe?

Geh jetzt einen Moment nach innen und fange deinen Gedanken ein. Was denkst du jetzt, in diesem Augenblick? Wenn Gedanken dein Leben und deine Erfahrungen formen, möchtest du dann, dass dieser Gedanke für dich wahr wird? Wenn es ein Gedanke voll Sorge oder Arger, Verletzung oder Rache ist, wie, glaubst du, wird dieser Gedanke zu dir zurückkommen? Wenn wir ein Leben voller Freude wünschen, müssen wir freudvolle Gedanken denken. Wenn wir ein Leben voll Erfolg und Wohlstand wollen, müssen wir erfolgreiche Gedanken denken. Wenn wir ein von Liebe erfülltes Leben wollen, müssen wir liebevolle Gedanken denken. Alles was wir geistig oder verbal aussenden, wird in gleicher Form zu uns zurückkommen.

Hör dir einmal selbst zu. Wenn du merkst, dass du etwas dreimal sagst, dann schreib es auf. Es ist zu einem Muster für dich geworden. Schau dir am Ende der Woche deine Liste an, und du wirst sehen, wie deine Worte mit deinen Erfahrungen übereinstimmen. Sei bereit, deine Worte und Gedanken zu ändern, und beobachte, wie dein Leben sich verändert. Es liegt in deiner Macht und ist deine Wahl. Niemand denkt in deinem Kopf außer dir.

Mentale Entsprechungen

Die Gedankenmuster, die unsere Erfahrungen bestimmen

Das Geglückte in unserem Leben und das Missglückte sind oft die Ergebnisse unserer Gedankengänge, die unsere Erfahrungen formen. Selbstverständlich möchten wir unsere guten Muster nicht ändern, denn wir schätzen ihre befriedigenden Ergebnisse. Das kranke Grundmuster ist es, womit wir uns herumschlagen. Wir möchten unser Kranksein in vollkommene Gesundheit verwandeln.

Wir wissen, dass allen Einflüssen in unserem Leben ein Gedankenmodell zugrunde liegt. Fortwährende Gedankenmuster erschaffen unsere Erfahrungen. Deshalb verändern wir mit einem veränderten Denken auch unsere Erfahrungen.

Welche Freude war es mir, als ich zum ersten Mal diese Zusammenhänge entdeckte. Es sind die metaphysischen Ursachen, die die Erfahrungen prägen. Diese neue Bewusstheit, die Einsicht, warum ich bestimmte körperliche Gebrechen hatte und wie ich sie unbewusst förderte – das brachte eine große Veränderung in mein Leben. Nun konnte ich aufhören, dem Leben und anderen Menschen vorzuwerfen, was falsch lief, und volle Verantwortung für meine eigenen Erfahrungen übernehmen. Ohne mich schlecht zu machen oder schuldig zu fühlen, konnte ich sehen, wie dieser krankhafte Gedankenfluss zu vermeiden war. Zum Beispiel: Ich konnte nicht verstehen, warum ich immer wieder Schwierigkeiten mit einem steifen Nacken hatte. Dann entdeckte ich, dass der Nacken für die Beweglichkeit steht, die verschiedensten Seiten einer Angelegenheit zu betrachten. Ich war ein sehr unbeweglicher Mensch gewesen und hatte es oft abgelehnt, die andere Seite einer Frage anzusehen. Aber als ich in meinem Denken beweglicher wurde und fähig, andere Ansichten mit liebevollem Verständnis anzunehmen, hörte mein Nacken auf, mich zu plagen. Wenn nun mein Nacken wieder etwas steif wird, schaue ich nach, wo in meinem Denken etwas steif und starr ist.

Das Ersetzen alter Denkmuster

Um eine Konditionierung wirklich aufzulösen, müssen wir erst einmal die Ursache dafür auflösen. Aber meistens wissen wir nicht, wo wir anfangen sollen, weil wir den Grund nicht kennen. Wenn du also sagst: »Wenn ich nur den Grund dieser Schmerzen kennen würde«, dann hoffe ich, dass dieses Büchlein dir Gutes liefert: einen Schlüssel, die Ursachen zu finden, und einen hilfreichen Leitfaden, um neue Denkmuster aufzubauen, die der Gesundheit förderlich sind.

Ich habe gelernt, dass es für jeden Zustand in unserem Leben einen Bedarf gibt. Andernfalls hätten wir ihn nicht. Das Symptom ist nur eine Wirkung im Äußeren. Wir müssen nach innen gehen, um die mentale Ursache aufzulösen. Deshalb können Willenskraft und

Disziplin allein nichts ausrichten. Sie bekämpfen nur die äußere Auswirkung. Das ist, wie wenn man das Unkraut nur abschneidet, anstatt es mit der Wurzel auszureißen. Bevor du also mit den neuen Gedankenmuster-Affirmationen beginnst, beschäftige dich zunächst mit der Bereitwilligkeit, das Bedürfnis nach Zigaretten aufzugeben, oder nach den Kopfschmerzen, dem Übergewicht oder was auch immer. Wenn das Bedürfnis ausgeschaltet ist, dann muss auch die Wirkung im Äußeren sterben. Keine Pflanze kann weiterleben, wenn ihre Wurzel abgeschnitten ist.

Die Gedankenmuster, die mehr als alles andere Ursachen für Krankheiten im Körper bilden, sind: Kritik, Ärger, Groll und Schuldgefühle. So wird Kritik, wenn du ihr lange genug frönst, oft zu einer Krankheit wie Arthritis führen. Ärger verwandelt sich in etwas, das im Körper entzündlich wirkt, brodelnd und brennt. Groll, lange genug gehegt, frisst und nagt, bis er schließlich zu Tumor und Krebs führt. Schuldgefühle ziehen immer Bestrafung nach sich. Es ist so viel leichter, diese schädlichen Gedankenmuster aus unserem Bewusstsein zu entlassen, solange wir gesund sind, als zu versuchen, sie auszureißen, wenn wir in panischer Angst oder unter dem Messer des Chirurgen sind. Die folgende Liste seelisch-geistiger Entsprechungen ist das Ergebnis langjähriger Studien, Vorlesungen und meiner eigenen Arbeit als einer spirituellen Heilerin. Sie wird sich hilfreich erweisen zum schnellen Nachschlagen, um den seelisch-geistigen Hintergrund deiner Krankheiten zu erfahren. Ich biete sie in Liebe an mit dem Wunsch, dir bei der Verwirklichung deines Zieles zu helfen: Heile Deinen Körper!

Affirmationen zur Heilung

SEELISCH-GEISTIGE GRÜNDE

<u>A</u>	<u>B</u>	<u>C</u>	<u>D</u>	<u>E</u>	<u>F</u>	<u>G</u>	<u>H</u>	<u>I</u>	<u>J</u>	<u>K</u>	<u>L</u>	<u>M</u>	<u>N</u>	<u>O</u>	<u>P</u>	<u>Q</u>	<u>R</u>	<u>S</u>	<u>T</u>	<u>U</u>	<u>V</u>	<u>W</u>	X	Y	Z
Problem										Wahrscheinlicher Grund					Neues Gedankenmuster										
Abszess										Gärende Gedanken an Verletzungen, Kränkungen und Rache.					Ich erlaube meinen Gedanken, frei zu sein. Die Vergangenheit ist vorbei. Ich bin im Frieden.										
Addison'sche Krankheit s. Nebennieren-Probleme										Bedenkliche emotionale Unterernährung. Wut gegen sich selbst.					Ich nehme mich liebevoll meines Körpers, meines Denkens und meiner Gefühle an.										
After										Entlastungsstation. Müllabladepplatz.					Leicht und bequem löse ich mich von dem, was ich im Leben nicht mehr brauche.										
- Abszess										Wut auf das, was du nicht loslassen willst.					Es ist gut loszulassen. Nur was ich nicht mehr brauche, geht aus meinem Körper hinaus.										
- Blutung										Wut und Enttäuschung.					Ich traue dem Prozess des Lebens. Nur was richtig und gut ist, findet in meinem Leben statt.										
- Fistel										Unvollständige Abgabe von Müll. Festhalten am Müll der Vergangenheit.					Voller Liebe lasse ich ganz los von der Vergangenheit. Ich bin frei. Ich bin Liebe.										
- Hämorrhoiden										Angst vor dem Tödlichen. Wut auf die Vergangenheit. Furcht,					Ich lasse alles los, dass nicht Liebe ist. Für alles, was ich tun will, ist Zeit und Raum vorhanden.										

	loszulassen. Fühlt sich belastet.	
- Jucken	Schuldgefühle über Vergangenes. Reue.	Liebevoll vergebe ich mir. Ich bin frei.
- Schmerz	Schuldgefühl. Wunsch nach Bestrafung. Gefühl, nicht gut genug zu sein.	Die Vergangenheit ist vorbei. Ich entscheide mich bewusst, mich im Jetzt zu lieben und zu akzeptieren.
AIDS	Fühlt sich wehr- und hoffnungslos. Keiner kümmert sich. Starke Überzeugung, nicht gut genug zu sein. Verleugnung des Selbst. Sexuelle Schuldgefühle.	Ich bin Teil des universellen Planes. Ich bin wichtig und werde vom Leben selbst geliebt. Ich bin stark und fähig. Ich liebe und akzeptiere mich ganz.
Akne	Sich selbst nicht annehmen. Sich selbst nicht mögen.	Ich bin eine göttliche Ausdrucksform des Lebens. Ich liebe und akzeptiere mich in diesem Augenblick und an der Stelle, an der ich bin.
Alkoholismus	»Was soll's?« Gefühl von Sinnlosigkeit, Schuld, Unzulänglichkeit. Selbstablehnung.	Ich lebe im Jetzt. Jeder Augenblick ist neu. Ich will meinen Selbstwert sehen. Ich liebe und akzeptiere mich.
Allergien s. Heuschnupfen	Gegen wen bist du allergisch? Leugnest deine eigene Kraft.	Die Welt ist sicher und freundlich. Ich bin im Frieden mit dem Leben.
Altern	Allgemeinheitsglaube, altes Denken. Angst, sich selbst zu sein. Ablehnung des Jetzt.	Ich liebe und akzeptiere mich in jedem Alter. Jeder Augenblick im Leben ist vollkommen.
Alzheimersche Krankheit s. Demenz, Senilität	Weigerung, mit der Welt so umzugehen, wie sie ist. Hoffnungs- und Hilflosigkeit. Wut.	Es gibt für mich immer einen neuen und besseren Weg, das Leben zu erfahren. Ich vergebe der Vergangenheit und lasse sie los. Ich schreite weiter zur Freude.
Amenorrhoe s. Frauenleiden, Menstruationsprobleme	Will nicht Frau sein. Abneigung gegen sich selbst.	Ich freue mich, die zu sein, die ich bin. Ich bin ein schöner Ausdruck des Lebens und fliesse jederzeit in Vollendung mit ihm.
Amnesie s. Gedächtnisschwund Amyotrophe Lateralsklerose	Widerwille, seinen Selbstwert zu akzeptieren. Versagt sich Erfolg.	Ich weiss, dass ich wertvoll bin. Es ist gut für mich, Erfolg zu haben. Das Leben liebt mich.
Anämie	»Ja - aber«-Haltung. Mangel an Freude. Angst vor dem Leben. Fühlt sich nicht gut genug.	Es ist gut für mich, Freude in jedem Bereich meines Lebens zu erfahren. Ich liebe das Leben.

Anfälle	Läuft vor der Familie fort, vor sich selbst oder vor dem Leben.	Ich bin im Universum zu Hause. Ich bin in Sicherheit, geborgen und verstanden.
Angst	Kein Vertrauen in den Fluss und Fortgang des Lebens.	Ich liebe und akzeptiere mich und traue dem Prozess des Lebens. Ich bin in Sicherheit.
Anorexie s. Magersucht Apathie	Widerstand gegen Empfindungen. Selbstabtötung. Angst.	Es ist gut zu fühlen. Ich öffne mich dem Leben. Ich bin gewillt, das Leben zu erfahren.
Appetit – zu viel	Angst. Braucht Schutz. Verurteilt Gefühle.	Ich bin in Sicherheit. Es ist gut, Gefühle zu haben. Meine Gefühle sind normal und annehmbar.
– zu wenig s. Magersucht	Angst. Schützt sich. Traut dem Leben nicht.	Ich liebe und akzeptiere mich. Ich bin in Sicherheit. Liebe ist sicher und freudvoll.
Arme	stehen für Fähigkeit und Vermögen, die Erfahrungen des Lebens festzuhalten.	Liebevoll halte und umarme ich meine Erfahrungen, mit Leichtigkeit und Freude.
Arterien	transportieren die Lebensfreude.	Ich bin erfüllt von Freude. Sie durchströmt mich mit jedem Pulsschlag meines Herzens.
Arteriosklerose	Widerstand, Spannung, sture Engstirnigkeit, weigert sich, das Gute im Leben zu sehen.	Ich bin ganz offen für Leben und Freude. Ich will mit Augen der Liebe sehen.
Arthritis s. Gelenke	Fühlt sich ungeliebt. Kritiksucht. Groll.	Ich bin Liebe. Ich beschliesse, mich zu lieben und akzeptieren. Ich sehe andere mit Augen der Liebe.
Arthritis deformans	Tiefe Kritik an der Autorität. Fühlt sich sehr ausgenützt.	Ich bin mir selbst Autorität. Ich liebe und akzeptiere mich. Das Leben ist gut.
Asthma	Erstickende Liebe. Unfähigkeit, für sich selbst zu atmen. Fühlt sich erdrückt, unterdrücktes Weinen.	Es ist gut für mich, mein Leben jetzt selbst in die Hand zu nehmen. Ich entscheide mich für die Freiheit.
– des Kleinkindes	Angst vor dem Leben. Will nicht hier sein.	Dieses Kind ist sicher und geliebt. Es ist willkommen und umsorgt.
Astigmatismus s. Augenprobleme		
Atem	steht für die Fähigkeit, Leben aufzunehmen.	Ich liebe das Leben. Es ist sicher zu leben.
Atemprobleme s. Erstickungsanfälle, Hyperventilation	Angst oder Weigerung, das Leben ganz hereinzulassen. Gefühl,	Es ist mein Recht, ganz und frei zu leben. Ich bin liebenswert. Ich

	nicht das Recht zu besitzen, eigenen Lebensraum, eigenes Leben zu beanspruchen.	entscheide mich jetzt, ganz zu leben.
Atemwegserkrankungen s.a. Bronchitis, Erkältungen, Husten, Grippe	Angst, das Leben ganz einzunehmen.	Ich bin in Sicherheit. Ich liebe mein Leben.
Aufstossen	Angst. Schlingt das Leben zu rasch in sich hinein.	Für alles, was ich zu tun habe, ist Zeit und Raum vorhanden. Ich in Frieden.
Augen	stehen für die Fähigkeit, deutlich die Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft zu sehen.	Ich sehe mit Liebe und Freude.
Augenprobleme	Du magst nicht, was du in deinem Leben siehst.	Ich erschaffe jetzt das Leben, das ich gerne betrachte.
- Astigmatismus	»Ich-Problem.« Angst, seinem wahren Ich ins Auge zu blicken.	Ich bin willens, meine eigene Schönheit und Grossartigkeit jetzt zu betrachten.
- auswärts schielend	Angst, die Gegenwart zu betrachten, die unmittelbar vor einem liegt.	Ich liebe und akzeptiere mich gerade jetzt.
- Bindehautentzündung	Wut und Enttäuschung über das, was du im Leben siehst.	Ich sehe mit Augen der Liebe. Es gibt eine harmonische Lösung, und ich nehme sie jetzt an.
- Gerstenkorn	Betrachtet das Leben durch zornige Augen. Wütend über jemand.	Ich beschliesse, jeden und alles mit Freude und Liebe zu betrachten.
- grauer Star	Unfähig, freudig vorausblicken. Dunkle Zukunft.	Das Leben ist ewig und von Freude erfüllt. Ich freue mich auf jeden neuen Augenblick.
- grüner Star	Starre Unversöhnlichkeit. Druck lange bestehender Verletztheit. Alles ist zu viel.	Ich sehe mit Liebe, Vergebung und Zärtlichkeit.
- Hornhautentzündung	Äusserste Wut. Starkes Verlangen zu schlagen, was oder wen du siehst.	Ich erlaube der Liebe in meinem Herzen, alles zu heilen, was ich sehe. Ich wähle den Frieden. Alles in meiner Welt ist gut.
- bei Kindern	Will nicht mitansehen, was in der Familie geschieht.	Harmonie, Freude, Schönheit und Geborgenheit umgeben nun dieses Kind.
- kurzsichtig	Angst vor der Zukunft.	Ich nehme die göttliche Führung an und bin immer in Sicherheit.
- Schielen s. Hornhautentzündung	Will nicht sehen, was sich zeigt. Widersprüchlichkeit.	Es ist gut, wenn ich hinblicke. Ich bin im Frieden.

- Trockenheit	Zornige Augen, weigern sich, mit Liebe zu sehen. Würden eher sterben als vergeben. Gehässig.	Bereitwillig vergebe ich. Ich atme Leben in meinen Blick und sehe voll Mitgefühl und Verständnis.
- weitsichtig	Angst vor der Gegenwart.	Ich bin sicher im Hier und Jetzt. Ich sehe das deutlich.
B		
Bandscheibenvorfall	Fühlt sich vom Leben im Stich gelassen. Unentschlossen.	Das Leben unterstützt alle meine Gedanken. Deshalb liebe und akzeptiere ich mich, und alles ist gut.
Bandwurm	Starker Glaube, unrein und Opfer geworden zu sein. Hilflos angesichts der scheinbaren Haltung anderer.	Andere spiegeln nur die guten Gefühle wieder, die ich in Bezug auf mich selbst habe. Ich liebe und akzeptiere alles, was ich bin.
Bauchkrämpfe	Angst. Bringt den weiteren Fortgang zum Stillstand.	Ich traue dem Prozess des Lebens. Ich bin in Sicherheit.
Bauchspeicheldrüse	steht für die Süsse des Lebens.	Mein Leben ist süß.
- Entzündung	Ablehnung. Wut und Enttäuschung, weil das Leben seine süsse Seite verloren zu haben scheint.	Ich liebe und akzeptiere mich, und ich allein bin es, der Süsse und Freude in meinem Leben erzeugt.
Beine	tragen uns im Leben voran.	Das Leben ist für mich.
Beinprobleme - unten	Angst vor der Zukunft. Will nicht weitergehen.	Voll Freude und Vertrauen gehe ich weiter und weiss, dass in meiner Zukunft alles gut ist.
Bettnässen	Angst vor den Eltern, gewöhnlich vor dem Vater.	Dieses Kind wird mit Liebe, Mitgefühl und Verständnis gesehen und behandelt. Alles ist gut.
Bindehautentzündung s. Augenprobleme		
Bisse	Angst. Offen für jede Verletzung.	Ich vergebe mir und liebe mich jetzt und allezeit.
- Käfer	Schuldgefühl wegen Kleinigkeiten.	Ich bin frei von allen Irritationen. Alles ist gut
- Tier	Nach innen gekehrte Wut. Bedürfnis nach Bestrafung.	Ich bin frei.
Bläschenausschlag (Herpes genitalis) s. Geschlechtskrankheiten	Der allgemeine Glaube an sexuelle Schuld und die Notwendigkeit von Bestrafung. Öffentliche Schande. Glaube an einen strafenden Gott. Ablehnung der eigenen	Mein Gottesbild unterstützt mich. Ich bin normal und natürlich. Ich freue mich meiner Sexualität und meines Körpers. Ich bin wunderbar.

	Genitalien und Geschlechtlichkeit.	
Blasenprobleme (-entzündung)	Ängstlichkeit. Hält fest an alten Vorstellungen. Angst, loszulassen. »Stocksauer.«	Leicht und mühelos lasse ich das Alte gehen und heisse das Neue in meinem Leben willkommen. Ich bin in Sicherheit.
Blähungen	Zupacken. Angst. Unverdaute Vorstellungen.	Ich entspanne und lasse das Leben mit Leichtigkeit durch mich fließen.
Blinddarmentzündung	Angst. Angst vor dem Leben. Den Fluss des Guten blockieren.	Ich bin in Sicherheit. Ich entspanne mich und lasse das Leben freudig fließen.
Blut	steht für die im Körper frei fließende Freude.	Ich bin die Lebensfreude, die sich zum Ausdruck bringt und selbst Eindrücke empfängt.
Blut gerinnt	Fluss der Lebensfreude gebremst.	Ich wecke neues Leben in mir. Ich fliesse.
Blutdruck – hoch	Lange bestehendes, ungelöstes emotionales Problem.	Freudig lasse ich die Vergangenheit hinter mir. Ich bin im Frieden.
– niedrig	Zu wenig Liebe als Kind. Defätismus. »Was soll's? Es wird ohnehin nicht gehen.«	Ich beschliesse, im immer freudvollen Jetzt zu leben. Mein Leben ist eine Freude.
Bluterguss s. Quetschungen		
Blutprobleme s. Anämie, Leukämie	Mangel an Freude, Ideen zirkulieren nicht genug.	Freudvolle neue Ideen zirkulieren ungehindert und frei.
Blutung	Keine Freude mehr. Wut – aber wo?	Ich bin Lebensfreude, nehme an und zeige mich im vollendeten Rhythmus.
Bronchitis s. Atemwegserkrankungen	»Entzündete« familiäre Umgebung. Streiten und Schreien. Manchmal auch Schweigen.	Ich erkläre Frieden und Harmonie in mir und um mich. Alles ist gut.
Bruch (Hernie)	Bruch in Beziehungen. Spannung, Belastung, unkorrekter Ausdruck schöpferischer Kraft.	Mein Denken ist freundlich und harmonisch. Ich liebe und akzeptiere mich. Ich bin frei, ich selbst zu sein.
Brust	steht für Bemuttern, Nähren und Nahrung.	In vollendetem Gleichmass nehme ich Nahrung auf und gebe sie wieder.
Brustprobleme	Weigerung, das Selbst zu nähren. Stellt alle anderen an die erste Stelle.	Ich bin wichtig. Ich zähle. Ich Sorge für mich und nähre mich mit Liebe und Freude. Ich lasse anderen die Freiheit
– Zysten, Knoten, Wundheit (Mastitis)	Übertriebenes Bemuttern und Beschützen. Anmassende Haltung.	zu sein, wer sie sind. Wir sind alle in Sicherheit und Freiheit.

Bulimie	Hoffnungsloses Entsetzen. Verzweifelt Hineinstopfen und Abführen von Selbsthass.	Ich werde vom Leben selbst geliebt, ernährt und unterstützt. Es ist gut für mich, am Leben zu sein.
C		
Candida (Candidiasis) s. Hefepilz-Infektionen, Soor	Fühlt sich sehr konfus. Viel Enttäuschung und Wut. In Beziehungen fordernd und misstrauisch. Nehmer.	Ich gebe mir die Erlaubnis, alles zu sein, was ich sein kann, und ich habe Anspruch auf das Beste im Leben. Ich liebe und akzeptiere mich und andere.
Cholelithiasis s. Gallensteine		
Cholesterin (Arteriosklerose)	verstopft die Bahnen der Freude. Angst, Freude wahrzunehmen.	Ich beschliesse, das Leben zu lieben. Meine Bahnen der Freude sind weit offen. Es ist gut, empfänglich zu sein.
Chronische Krankheiten	Weigerung sich zu ändern. Angst vor der Zukunft. Unsicherheit.	Ich bin willens, mich zu wandeln und zu wachsen. Ich baue mir jetzt eine sichere neue Zukunft auf.
Cushing-Syndrom s. Nebennieren-Probleme	Mentale Unausgeglichenheit. Zu viele Gedanken, die einander erdrücken. Gefühl überwältigt zu werden.	Liebevoll bringe ich Denken und Körper ins Gleichgewicht. Ich erzeuge jetzt Gedanken, die sich für mich gut anfühlen.
D		
Darm s. Dickdarm, Ileitis	Assimilation. Absorption. Ausscheidung mit Leichtigkeit.	Mit Leichtigkeit kann ich alles aufnehmen und verdauen, was ich wissen muss, und die Vergangenheit mit Freude loslassen.
Dauerschmerz	Sehnsucht nach Liebe und Halt.	Ich liebe und akzeptiere mich. Ich bin liebevoll und liebenswert.
Demenz s. Alzheimersche Krankheit, Senilität	Weigerung, mit der Welt so umzugehen, wie sie ist. Hoffnungslosigkeit und Wut.	Ich bin an meinem perfekten Platz und zu jeder Zeit in Sicherheit
Depression	Wut, die zu spüren du kein Recht zu haben glaubst. Hoffnungslosigkeit.	Ich erhebe mich über die Ängste und Begrenzungen anderer Leute. Ich erschaffe mein Leben selbst.
Diabetes (Hyperglykämie, Zuckerkrankheit)	Sehnsucht nach dem, was gewesen sein könnte. Grosses Bedürfnis nach Kontrolle. Tiefer Kummer. Das Leben hat nichts Süßes mehr.	Dieser Augenblick ist von Freude erfüllt. Ich beschliesse jetzt, die Süsse dieses Tages zu erfahren.
Dickdarm – verschleimt	Abgelagerte Reste alter, wirrer Gedanken verstopfen den Ausscheidungsweg.	Ich löse die Vergangenheit auf und löse mich von ihr. Ich bin ein Klardenker. Ich lebe

	Schwelgen im klebrigen Schlamm der Vergangenheit.	friedlich und freudig im Jetzt.
Dornwarze	Wut an der Basis deines Verstehens. Frustration über die Zukunft macht sich breit.	Ich schreite vertrauensvoll und leicht voran. Ich vertraue und fließe mit dem Prozess des Lebens.
Drüsen	Sammelstellen. Von selbst beginnende Aktivität.	Ich bin die schöpferische Kraft in meiner Welt.
Drüsenfieber s. Mononukleose		
Drüsenprobleme	Schlechte Verteilung von Aktivität und Initiative verlangenden Ideen. Du hältst dich selbst zurück.	Ich habe alle göttlichen Ideen und Aktivität, die ich brauche. Ich setze mich sofort in Bewegung.
Durchfall	Angst. Ablehnung. Entgleisung.	Aufnahme, Verdauung und Ausscheidung sind in vollkommener Ordnung. Ich bin in Frieden mit dem Leben.
Dysmenorrhoe s. Frauenleiden, Menstruationsprobleme	Wut auf sich selbst. Hass auf den Körper oder auf Frauen.	Ich liebe meinen Körper. Ich liebe mich. Ich liebe alle meine Zyklen. Alles ist gut.
E		
Eierstöcke	stellen Quellen der Schöpfung dar. Kreativität.	Ich bin ausgeglichen in meinem Strom der Kreativität.
Eiterpickel s. Pickel	Hässlichkeit verbirgt sich.	Ich akzeptiere mich als schön und geliebt.
Ekzem	Atemberaubende Gegensätze. Mentale Ausbrüche.	Harmonie und Frieden, Liebe und Freude umgeben und erfüllen mich. Ich bin geborgen und in Sicherheit.
Ellbogen s. Gelenke	steht für den Richtungswechsel und das Annehmen neuer Erfahrungen.	Ich begeben mich gerne in den Fluss neuer Erfahrungen, Richtungen und Veränderungen.
Emphysem	Angst, das Leben anzunehmen. Fühlt sich nicht liebenswert.	Es ist mein Recht, voll, ganz und frei zu leben. Ich liebe das Leben. Ich liebe mich selbst.
Endometriose	Unsicherheit, Enttäuschung und Frustration. Selbstliebe wird durch Süßigkeiten ersetzt. Vorwürfe.	Ich bin stark und begehrenswert. Es ist wunderbar, eine Frau zu sein. Ich liebe mich und ich bin erfüllt.
Entzündung s. »Itis«	Angst. Rotsehen. Erhitztes Denken.	Mein Denken ist in Frieden, ruhig und ausgeglichen.
Enuresis s. Bettnässen		
Epilepsie	Gefühl, verfolgt zu werden. Ablehnung des Lebens. Fühlt sich in grossem Kampf. Gewalt gegen sich selbst.	Ich beschliesse, das Leben als ewig und freudvoll zu betrachten. Ich selbst bin ewig und freudvoll und in Frieden.
Epstein-Barr-Virus	Überspannt den Bogen der eigenen	Ich entspanne mich und erkenne meinen

	Möglichkeiten. Angst, nicht gut genug zu sein. Erschöpft die inneren Kraftquellen. Stress-Virus.	Selbstwert. Ich bin gut genug. Das Leben ist einfach und freudvoll.
Erbrechen	Heftige Abwehr von Vorstellungen. Angst vor Neuem.	Freudig und gefahrlos verdaue ich das Leben. Nur Gutes kommt zu mir und durch mich.
Erkältungen s. Atemwegserkrankungen	Zu viel auf einmal. Verwirrung, Unordnung im Denken. Kleine Verletzungen. Überzeugung wie: »Ich bekomme jeden Winter drei Erkältungen.«	Ich gestatte meinem Denken, sich zu entspannen und Frieden zu finden. Klarheit und Harmonie erfüllen und umgeben mich. Alles ist gut.
Ermüdung	Widerstand, Langeweile. Mangelnde Liebe für das, was man tut.	Das Leben begeistert mich und erfüllt mich mit neuer Energie.
Erstickungsanfälle s. Atemprobleme, Hyperventilation	Angst. Vertraut nicht dem Prozess des Lebens. Bleibt in der Kindheit hängen.	Es ist gut aufzuwachsen. Die Welt ist sicher. Ich bin in Sicherheit.
F		
Fehlgeburt (Abgang)	Angst. Angst vor der Zukunft. »Nicht jetzt – später.« Ungeeigneter Zeitpunkt.	Göttlich-Richtiges geschieht überall in meinem Leben. Ich liebe und akzeptiere mich. Alles ist gut.
Fett s. Übergewicht	Überempfindlichkeit. Steht oft für Angst und zeigt ein Bedürfnis nach Schutz. Angst kann auch die Maske einer verborgenen Wut und starker Vergebungsunwilligkeit sein.	Ich stehe unter dem Schutz göttlicher Liebe. Ich bin immer in Sicherheit und geborgen. Ich bin willens, aufzuwachsen und die Verantwortung für mein Leben selbst in die Hand zu nehmen. Ich vergebe anderen und ich erschaffe mir jetzt mein Leben selbst, wie ich es will. Ich bin in Sicherheit.
- Arme	Wut, Liebe vorenthalten zu bekommen.	Es ist gut, wenn ich selbst alle Liebe erzeuge, die ich brauche.
- Bauch	Wut, Nahrung/Unterstützung vorenthalten zu bekommen.	Ich nähre mich selbst mit geistiger Kost; ich bin satt und frei.
- Hüften	Hartnäckige Wut auf die Eltern.	Ich bin willens, die Vergangenheit zu vergeben. Es ist gut für mich, die Grenzen meiner Eltern zu überschreiten.
- Oberschenkel	Massive Wut aus der Kindheit, häufig auf den Vater.	Ich sehe meinen Vater als Kind ohne Liebe und vergebe ihm mühelos. Wir sind beide frei.

Fieber	Wut, aufgezehrt werden.	Ich bin der ruhige, stille Ausdruck von Frieden und Liebe.
Fieberbläschen s. Herpes simplex	Schwärende Worte des Zorns und Angst, sie auszusprechen.	Ich ziehe nur friedliche Erlebnisse an, weil ich mich liebe. Alles ist gut.
Fieberschauer s. Frösteln		
Finger	stehen für die Einzelheiten im Leben.	Ich bin auch mit den Details des Lebens in Frieden.
- arthritisch	Wunsch zu bestrafen. Vorwurf. Fühlt sich schikaniert.	Ich sehe liebe- und verständnisvoll. Ich halte alle meine Erfahrungen ins Licht empor.
- Daumen	steht für Intellekt und Sorgen.	Mein Denken ist in Frieden.
- kleiner Finger	steht für Familie und Rollenspiel.	Ich bin selbst in der Familie des Lebens.
- Mittelfinger	steht für Wut und Sexualität.	Ich fühle mich wohl mit meiner Sexualität.
- Ringfinger	steht für Vereinigungen und Trauer.	Ich liebe in Frieden.
- Zeigefinger	steht für Ego und Angst.	Ich bin sicher.
Fistel	Angst. Blockade, loszulassen.	Ich bin in Sicherheit. Ich vertraue ganz dem Prozess des Lebens. Das Leben ist für mich.
Flatulenz s. Blähungen		
Flüssigkeitsansammlungen s. Ödem, Schwellung	Was fürchtest du zu verlieren?	Ich lasse willentlich und mit Freuden los.
Frauenleiden s. Amenorrhoe, Dysmenorrhoe, Menstruationsprobleme, Myom, Scheidenkatarrh, Weißfluss	Selbstverleugnung. Ablehnung der eigenen Weiblichkeit und des femininen Prinzips.	Ich freue mich über meine Weiblichkeit. Ich liebe es, Frau zu sein. Ich liebe meinen Körper.
Frigidität	Angst. Lustverleugnung. Glaube, dass Sex etwas Schlechtes sei. Gefühllose Partner. Angst vor dem Vater.	Es ist gut, dass ich Freude an und mit meinem Körper habe. Ich liebe es, Frau zu sein. Ich liebe meinen Körper.
Frösteln	Mentaler Rückzug nach innen. Verlangen, sich zu entfernen. »Lass mich allein!«	Ich bin jederzeit sicher und geborgen. Liebe umgibt und schützt mich. Alles ist gut.
Furunkel s. Karbunkel	Wut, kocht über.	Ich zeige Liebe und Freude und bin in Frieden.
Fußprobleme	Angst vor der Zukunft und vor dem Voranschreiten im Leben.	Ich bewege mich mit Freude und Leichtigkeit vorwärts.
- Ballen entzündet	Fehlende Freude in der Begegnung mit den Erfahrungen des Lebens.	Freudig springe ich voran, um die wunderbaren Erfahrungen des Lebens willkommen zu heißen.
- Fußpilz	Enttäuschung, nicht akzeptiert zu werden. Unfähig, leichten Schrittes voranzugehen.	Ich liebe und akzeptiere mich. Ich gebe mir die Erlaubnis voranzuschreiten. Es ist gut, weiterzugehen.

Füße	stehen für unser Verstehen – unserer selbst, des Lebens und der anderen.	Mein Verständnis ist klar, und ich bin bereit, mich nach den Erfordernissen der Zeit zu wandeln. Ich bin in Sicherheit.
G		
Gallensteine	Verbitterung. Harte Gedanken. Verdammen. Stolz.	Ich lasse die Vergangenheit freudig los. Das Leben ist süß, und auch ich bin voll Süße.
Gangrän	Krankmachendes Denken. Freude wird in vergiftenden Gedanken ertränkt.	Ich wähle jetzt harmonische Gedanken und lasse die Freude ungehindert durch mich strömen.
Gastritis s. Magenprobleme	Anhaltende Ungewissheit. Schlimme Befürchtung.	Ich liebe und akzeptiere mich. Ich bin in Sicherheit.
Gebärmutter	steht für das Zuhause der Kreativität.	Ich bin in meinem Körper zu Hause.
Geburt	steht für den Eintritt in diesen Abschnitt des Lebensfilmes.	Dieses Baby beginnt nun ein freudvolles, wunderbares neues Leben. Alles ist gut.
Geburtsdefekte	Karmisch. Du hast selbst diesen Weg gewählt. Wir suchen unsere Eltern und Kinder selbst aus. Unerledigte Geschäfte.	Jede Erfahrung ist perfekt für unseren Wachstumsprozess. Ich bin im Frieden, wo und wie ich bin.
Gedächtnisschwund	Angst. Weglaufen vor dem Leben. Unfähigkeit, für sich selbst einzustehen.	Intelligenz, Mut und Selbstwert sind Teil von mir. Es ist gut, am Leben zu sein.
Gehirn	steht für den Computer, das Schaltpult.	Ich bediene meinen menschlichen Geist mit Liebe.
- lähmung s. Lähmung	Bedürfnis, die Familie in einer Tat für die Liebe zu vereinen.	Ich trage zu einem vereinten, liebevollen und friedlichen Familienleben bei. Alles ist gut.
- schlag s. Schlaganfall		
- tumor	Unrichtiges, computerhaftes Denken. Starrköpfig, weigert sich, alte Denkmuster zu ändern.	Es ist mir ein Leichtes, meinen Denkcomputer umzuprogrammieren. Alles im Leben ist Verwandlung, und auch mein Denken erneuert sich ständig.
Gelähmtheit s. Lähmung, Parkinsonsche Krankheit	Angst. Schrecken. Flieht vor einer Situation oder Person. Widerstand.	Ich bin eins mit allem Leben. Ich bin jeder Situation völlig gewachsen.
Gelbsucht s. Leberprobleme	Innere und äußere Vorurteile. Unausgewogenes Verstandesdenken.	Ich empfinde Toleranz, Mitgefühl und Liebe gegenüber allen Menschen, einschließlich meiner selbst.

Gelenke s. Arthritis, Ellbogen, Knie, Schulter	stehen für Richtungsänderungen im Leben und für die Leichtigkeit dieser Bewegungen.	Ich gebe mich leicht in den Fluss der Wandlung. Mein Leben steht unter göttlicher Führung, und ich gehe immer in die beste Richtung.
Genitalien	stehen für das maskuline bzw. feminine Prinzip.	Es ist gut, der/die zu sein, der/die ich bin.
- Probleme	Sorge, nicht gut genug zu sein.	Ich freue mich über meine Ausdrucksform des Lebens. Ich bin vollkommen, wie ich bin. Ich liebe und akzeptiere mich.
Gerstenkorn s. Augenprobleme		
Gesäß	steht für Macht. Schlaaffe Muskulatur: Machtverlust.	Ich gebrauche meine Macht klug. Ich bin stark. Ich bin in Sicherheit. Alles ist gut.
Geschlechtskrankheiten s. AIDS, Bläschenausschlag, Gonorrhoe, Syphilis	Sexuelle Schuldgefühle. Glaube, dass die Geschlechtsteile sündhaft oder schmutzig seien. Bedürfnis nach Bestrafung.	Ich nehme meine Sexualität und ihren Ausdruck liebend und mit Freude an. Ich akzeptiere nur Gedanken, die mich unterstützen und mit denen ich mich wohl fühle.
Geschlechtsorgane s. Genitalien		
Geschwüre s. Magengeschwür, Magenprobleme, Sodbrennen	Angst. Starker Glaube, du seist nicht gut genug. Was nagt an dir?	Ich liebe und akzeptiere mich. Ich bin im Frieden. Alles ist gut.
Gesicht	steht für das, was wir der Welt zeigen.	Es ist gut, ich selbst zu sein. Ich gebe dem Ausdruck, der ich bin.
Gesichtszüge - hängend	kommen von »durchhängenden« Gedanken. Groll gegen das Leben.	Ich zeige Lebensfreude und erlaube mir, jeden Augenblick jedes Tages zu genießen. Ich werde wieder jung.
Gewächse	Pflegt alte Verletzungen. Baut Groll auf.	Mit Leichtigkeit vergebe ich. Ich liebe mich und will mich mit Lobgedanken belohnen.
Gicht	Bedürfnis zu dominieren. Ungeduld, Wut.	Ich bin sicher und geborgen. Ich bin im Frieden mit mir selbst und mit anderen.
Glaukom (grüner Star) s. Augenprobleme		
Gleichgewichtsstörungen	Zerstreutes Denken, unkonzentriert.	Ich sammle mich sicher in meiner Mitte und nehme die Vollkommenheit meines Lebens an.
Globus hystericus s. »Kloß im Hals«		
Glomerulonephritis s. Nierenentzündung	Fühlt sich wie ein Kind, das es niemandem recht	Ich liebe und akzeptiere mich. Ich Sorge für mich. Ich bin jederzeit und

	machen kann und nicht gut genug ist. Versager.	jeder Situation völlig gewachsen.
Gonorrhoe (Tripper) s. Geschlechtskrankheiten	Bedürfnis nach Bestrafung, weil man ein schlechter Mensch sei.	Ich liebe meinen Körper. Ich liebe meine Sexualität. Ich liebe mich.
Grippe s. Atemwegserkrankungen	Reaktion auf Massennegativität und -glauben. Furcht. Glaube an Statistiken.	Ich werde nicht von Gruppenmeinungen oder dem Kalender beeinflusst. Ich bin frei von allen Stauungen und frei von Grippe.
Gürtelrose	Angst und Spannung. Zu empfindlich.	Ich bin entspannt und friedlich, weil ich dem Prozess des Lebens traue. Alles ist gut in meiner Welt.
H		
Haar - Ausfall	Angst. Spannung. Versuch, alles unter Kontrolle zu halten. Traut nicht dem Prozess des Lebens.	Ich bin in Sicherheit. Ich liebe und akzeptiere mich. Ich vertraue dem Leben.
- grau	Stress. Glauben an Druck und Anspannung.	Ich bin in Frieden und fühle mich wohl in jedem Bereich meines Lebens. Ich habe die Kraft und schaffe es.
Halitosis (Mundgeruch)	Schlechte Einstellung, übles Nachreden, verdorbenes Denken.	Ich spreche freundlich und liebevoll. Ich atme nur Gutes aus.
Halsbräune s. Mandelentzündung	Starke Überzeugungen, du könntest nicht für dich selbst eintreten und um das bitten, was du brauchst.	Es ist mein Recht, dass meine Bedürfnisse erfüllt werden. Ich erbitte jetzt das, was ich brauche, mit Liebe und Leichtigkeit.
Halsprobleme s. Halsschmerzen	Unfähigkeit, für sich selbst zu sprechen. Geschluckter Zorn. Erstickte Kreativität. Weigerung, sich zu ändern.	Es ist in Ordnung, Geräusche von sich zu geben. Ich äußere mich frei und freudig. Mit Leichtigkeit spreche ich für mich. Ich gebe meiner Kreativität Ausdruck. Ich bin willens, mich zu wandeln.
Halsschmerzen s. Halsbräune, Kehle, Mandelentzündung	Hält Zornesworte zurück. Fühlt sich unfähig, sein Selbst zu äußern.	Ich lasse alle Einschränkungen los und bin frei, ich selbst zu sein.
Handgelenk	steht für Bewegung und Leichtigkeit.	Ich heiße alle Erfahrungen mit Weisheit, Liebe und Leichtigkeit willkommen.
Harnwegsentzündung	Zornige Emotionen. Stocksauer. Vorwürfe.	Ich erschaffe nur freudige Erfahrungen in meinem Leben.
Harnwegsinfektion	Stocksauer, gewöhnlich über das andere	Ich lasse das Muster, das zu diesem Zustand

	Geschlecht oder eine(n) Geliebte(n). Beschuldigt andere.	geführt hat, aus meinem Bewusstsein gehen. Ich bin willens, mich zu ändern. Ich liebe und akzeptiere mich.
Haut	schützt unsere Individualität. Sinnesorgan.	Ich fühle mich sicher, ich selbst zu sein.
Hautausschlag s. Nesselausschlag	Irritiert wegen Verzögerungen. Kleinkindlicher Versuch, Aufmerksamkeit auf sich zu lenken.	Ich liebe und akzeptiere mich. Ich bin in Frieden mit dem Prozess des Lebens.
Hautblasen	Widerstand. Mangel an emotionalem Schutz.	Ich begeben mich frei in den Fluss des Lebens und Erlebens. Alles ist gut.
Hautprobleme s. Hautausschlag, Nesselausschlag, Psoriasis	Furchtsamkeit, Angst. Alter, vergrabener Mist. Ich werde bedroht.	Liebevoll schütze ich mich mit Gedanken der Freude und des Friedens. Die Vergangenheit ist vergeben und vergessen. Ich bin frei in diesem Augenblick.
Hämorrhoiden s. After		
Hände	Halten und Behandeln. Fassen und Greifen. Packen und Loslassen. Streicheln. Stehlen. Alle Arten, mit Erfahrungen umzugehen.	Ich beschließe, alle meine Erlebnisse mit Liebe, Freude und Leichtigkeit zu behandeln.
Hefepilz-Infektionen s. Candida, Soor	Leugnet seine eigenen Bedürfnisse. Unterstützt sich nicht.	Ich beschließe, mich nun mit Freude und Liebe zu unterstützen.
Hepatitis s. Leberentzündung		
Herpes simplex (H. labialis) s. Fieberbläschen	Brennt darauf zu meckern. Bittere Worte, die unausgesprochen blieben.	Ich denke und spreche nur Worte der Liebe. Ich bin in Frieden mit dem Leben.
Herz	steht für das Zentrum der Liebe und Sicherheit.	Mein Herz schlägt im Rhythmus der Liebe.
- Anfall (Infarkt) s. Herzkranzgefäßthrombose	Presst sich wegen Geld, Position o. ä. alle Freude aus dem Herzen.	Ich bringe Freude zurück in die Mitte meines Herzens. Ich zeige Liebe zu allen.
Herzkranzgefäßthrombose s. Herzanfall	Fühlt sich einsam und erschreckt. »Ich bin nicht gut genug. Ich tue nicht genug. Ich werde es nie schaffen.«	Ich bin eins mit allem Leben. Das Universum gibt mir volle Unterstützung. Alles ist gut.
Herzprobleme	Lange bestehende emotionale Probleme. Mangel an Freude. Verhärtung des Herzens. Glauben an Stress und Spannung.	Freude, Freude, Freude! Liebevoll lasse ich Freude durch Herz und Sinn, Leib und Erleben fließen.
Heuschnupfen s. Allergien	Emotionale Stauung. Angst vor dem Kalender. Glaube, verfolgt zu werden. Schuldgefühle.	Ich bin eins mit allem Leben. Ich bin zu jeder Zeit in Sicherheit.

Hoden	Maskulines Prinzip, Männlichkeit.	Es ist gut, ein Mann zu sein.
Hodgkinsche Krankheit (Lymphdrüsenkrebs)	Selbstvorwürfe und mächtige Angst, nicht gut genug zu sein. Wahnsinniger Wettlauf, sich zu beweisen, bis das Blut nicht mehr genug Substanz hat, sich selbst zu erhalten. Die Freude am Leben gerät bei dem Wettlauf um Anerkennung in Vergessenheit.	Ich bin glücklich, ich selbst zu sein. Ich bin gut genug so, wie ich bin. Ich liebe und akzeptiere mich. Ich empfangen und zeige Freude.
Hohlrundrücken (Skoliose & Kyphose) s. Schultern, hängend, und Kapitel Wirbelverschiebungen	Unfähigkeit, mit der Unterstützung des Lebens zu fließen. Angst und der Versuch, an alten Vorstellungen festzuhalten. Vertraut dem Leben nicht. Mangel an Integrität. Kein Mut, zu seinen Überzeugungen zu stehen.	Ich lasse alle Ängste los. Ich vertraue jetzt dem Prozess des Lebens. Ich weiß, dass das Leben für mich da ist. Ich stehe gerade und aufrecht aus der Kraft der Liebe.
Hornhautentzündung s. Augenprobleme		
Huntingtonsche Chorea (Veitstanz, erbl.)	Groll über die Unfähigkeit, andere zu verändern. Hoffnungslosigkeit.	Ich überlasse alle Kontrolle dem Universum. Ich bin im Frieden mit mir selbst und mit dem Leben.
Husten s. Atemwegserkrankungen	Verlangen, die Welt anzubellen. »Seht mich an! Hört mir zu!«	Ich werde auf positivste Weise bemerkt und geschätzt. Ich werde geliebt.
Hüfte	trägt den Körper in vollkommenem Gleichgewicht. Wichtigster Aspekt beim Vorankommen.	In jedem neuen Tag liegt Freude. Ich bin ausgeglichen und frei.
Hüftprobleme	Angst, bezüglich größerer Entscheidungen vorwärts zu gehen.	Ich bin vollkommen im Gleichgewicht. Ich gehe in meinem Leben und in jedem Alter mit Leichtigkeit und Freude voran.
Hühneraugen	Verhärtete Denkbereiche, hartnäckiges Festhalten am Schmerz der Vergangenheit.	Frei von der Vergangenheit schreite ich voran. Ich bin in Sicherheit, ich bin frei.
Hypertension s. Blutdruck		
Hyperthyreoidismus (Schilddrüsen-Überfunktion) s. Schilddrüse	Wut, übergangen worden zu sein.	Ich stehe im Mittelpunkt des Lebens; ich bin mit mir und allem, was ich sehe, einverstanden.
Hyperventilation s. Atemprobleme, Erstickungsanfälle	Angst. Widerstand gegen Veränderung. Kein Vertrauen in den Prozess des Lebens.	Ich bin sicher, an jedem Punkt des Universums. Ich liebe mich und

		vertraue dem Prozess des Lebens.
Hypoglykämie (Unterzucker)	Überwältigt durch die Last des Lebens. »Was soll's?« Gefühl der Sinnlosigkeit.	Ich treffe jetzt die Entscheidung, mein Leben leicht, einfach und freudig zu machen.
Hypophyse	Kontrollzentrum.	Denken und Körper sind vollkommen ausgeglichen. Ich habe meine Gedanken unter Kontrolle.
Hypothyreoidismus (Schilddrüsen-Unterfunktion) s. Schilddrüse	Aufgeben. Fühlt sich hoffnungslos erstickt.	Ich erschaffe ein neues Leben mit neuen Regeln, die mich gänzlich unterstützen.
I		
Ileitis (Krohnsche Krankheit, regionale Enteritis)	Angst. Kummer. Fühlt sich nicht gut genug.	Ich liebe und akzeptiere mich. Ich tue das Beste, was mir möglich ist. Ich bin wunderbar. Ich bin im Frieden.
Impotenz	Sexueller Druck, Spannung, Schuldgefühle. Trotz gegen einen früheren Partner. Angst vor der Mutter.	Ich erlaube jetzt der ganzen Kraft meines sexuellen Prinzips, sich mit Leichtigkeit und Freude Ausdruck zu geben.
Infektionen s. Virusinfektion	Gereiztheit, Wut, Ärger.	Ich beschließe, friedlich und harmonisch zu sein.
Inkontinenz	Überfließende Emotionen. Emotionen wurden jahrelang eingedämmt.	Ich bin bereit, Gefühle zu haben. Es ist sicher für mich, Emotionen Ausdruck zu geben. Ich liebe mich.
Ischias	Scheinheiligkeit. Angst ums Geld und vor der Zukunft.	Ich gehe auf eine weitere Dimension meines Daseins zu. Gutes ist für mich überall, und ich bin sicher und geborgen.
»Itis« s. Entzündung	Wut und Enttäuschung über Zustände, die du in deinem Leben siehst.	Ich bin willens, alle Verhaltensmuster der Kritik zu ändern. Ich liebe und akzeptiere mich.
J		
Juckreiz (Pruritus)	Verlangen, das einem zuwider ist. Unbefriedigt. Reue. Jucken, um hinaus- oder fortzukommen.	Ich bin im Frieden, wo ich gerade bin. Ich nehme das Gute in mir an und weiß, dass alle meine Bedürfnisse und Wünsche erfüllt werden.
K		
Karbunkel s. Furunkel	Vergiftender Zorn über persönliche Ungerechtigkeiten.	Ich lasse die Vergangenheit los und erlaube der Liebe, jeden Bereich meines Lebens zu heilen.
Kaumuskelkrampf	Wut. Verlangen zu kontrollieren. Weigerung,	Ich vertraue dem Prozess des Lebens. Es fällt mit

	Empfindungen auszudrücken.	leicht, um das zu bitten, was ich will. Das Leben unterstützt mich.
Kehle	Weg des Selbstausdrucks. Kanal der Kreativität.	Ich öffne mein Herz und singe von der Freude der Liebe.
Kehlkopfezündung	Du bist so außer dir, dass du nicht einmal mehr sprechen kannst. Angst, etwas auszusprechen. Groll gegen Autorität.	Ich bin frei, um das zu bitten, was ich will. Es ist gut, sich zu äußern. Ich bin im Frieden.
Kiefergelenk s. Kieferprobleme		
Kieferprobleme	Wut. Groll. Rachsucht.	Ich bin willens, alle Verhaltensmuster in mir zu ändern, die diesen Zustand erzeugt haben. Ich liebe und akzeptiere mich. Ich bin in Sicherheit.
Kinderkrankheiten	Glauben an Kalender, gesellschaftliche Maßstäbe und falsche Gesetze. Kindisches Verhalten der Erwachsenen in der Umgebung.	Dieses Kind steht unter göttlichem Schutz und ist in Liebe geborgen. Wir beanspruchen mentale Immunität.
Kinderlähmung	Lähmende Eifersucht. Verlangen, jemandem Einhalt zu gebieten.	Es ist genug für alle da. Ich schaffe mir Gutes und Freiheit mit liebevollen Gedanken.
Klimakterium s. Wechseljahre		
»Kloß im Hals«	Angst. Kein Vertrauen in den Prozess des Lebens.	Ich bin sicher. Ich vertraue darauf, dass das Leben für mich gut ist. Ich zeige mich frei und freudig.
Knie s. Gelenke	stehen für Stolz und Ego.	Ich bin flexibel und beweglich.
Knieprobleme	Stures Ego, Stolz. Unbeugsamkeit. Angst. Mangelnde Flexibilität. Unnachgiebigkeit.	Vergebungsbereitschaft. Verständnis. Mitgefühl. Ich beuge mich dem Fluss mit Leichtigkeit. Alles ist gut.
Knöchel (Sprunggelenk)	stehen für die Fähigkeit, Vergnügen zu empfinden. Unbeugsamkeit und Schuld.	Ich habe Anspruch auf Genuss im Leben. Ich nehme alles Vergnügen an, das das Leben zu bieten hat.
Knochen s. Skelett	stehen für die Struktur des Universums.	Ich bin wohlstrukturiert und ausgeglichen.
Knochenbruch s. Knochenproblem		
Knochenmark	steht für die tiefsten Überzeugungen in Bezug auf sich selbst. Wie du dich selbst unterstützt und versorgst.	Göttlicher Geist ist die Struktur meines Lebens. Ich bin in Sicherheit und geliebt und vollkommen unterstützt.
Knochenprobleme – Brüche	Auflehnung gegen Autorität.	In meiner Welt bin ich meine eigene Autorität, denn ich bin der Einzige,

		der in meinem Kopf denkt.
- Deformierungen s. Osteomyelitis, Osteoporose	Mentaler Druck, Spannung, Enge. Muskeln können sich nicht strecken. Verlust mentaler Beweglichkeit.	Ich atme mich voll Leben. Ich entspanne und vertraue dem Fluss und Fortgang des Lebens.
Knochenwucherungen	Verhärtete Vorstellungen und Begriffe. Verfestigte Angst.	Es ist gut, neue Ideen und Möglichkeiten zu sehen und zu erleben. Ich bin offen und empfänglich für das Gute.
Knötchen	Groll, Frustration und Verletztheit wegen etwas, das der Karriere des Ego im Wege steht.	Ich lasse die Vorstellung von Verzögerung los und gestatte nun dem Erfolg, sich bei mir einzufinden.
Kolik	Mentale Gereiztheit, Ungeduld, verärgert über die Umgebung.	Dieses Kind spricht nur auf Liebe und liebevolle Gedanken an. Alles ist friedlich.
Kolitis s. Darm, Dickdarm, spastische Kolitis	Unsicherheit. Steht für die Leichtigkeit, mit der man Dinge der Vergangenheit loslässt.	Ich bin Teil des vollkommenen Rhythmus und Flusses des Lebens. Alles ist in göttlicher, richtiger Ordnung.
Koma	Angst. Flieht vor etwas oder jemandem.	Wir umgeben dich mit Geborgenheit und Liebe. Wir schaffen dir einen Raum zu heilen. Du wirst geliebt.
Kopfschmerzen s. Migräne	Invalidisiert sich selbst. Kritiksucht gegen sich selbst. Angst.	Ich liebe und akzeptiere mich. Ich betrachte mich und was ich tue mit Augen der Liebe. Ich bin in Sicherheit.
Körpergeruch	Angst. Abneigung gegen sich selbst. Angst vor anderen.	Ich liebe und akzeptiere mich. Ich bin in Sicherheit.
Krampfadern	Du stehst in einer Situation, die du hasst. Entmutigung. Fühlst dich überarbeitet und überlastet.	Ich stehe in Wahrheit und Leben und bewege mich in Freude. Ich liebe das Leben und zirkuliere frei.
Krämpfe (»cramps«) muskuläre Kontraktionen.	Spannung. Angst. Greifen, Festhalten.	Ich entspanne mich und erlaube meinem Denken, Frieden zu finden.
Krämpfe (»spasms«) unkontrollierte Zuckungen	Unsere Gedanken sind aus Angst verkrampft.	Ich löse mich, entspanne mich und lasse los. Ich bin in Sicherheit im Leben.
Krätze	Infiziertes Denken. Lässt zu, dass andere unter die Haut gehen.	Ich bin lebendiger, liebender, freudiger Ausdruck des Lebens. Ich bin ich selbst.
Kratzer	Gefühl, als ob das Leben an dir zerre, als ob das Leben »ein Beschiss« sei.	Ich bin dankbar für die Großzügigkeit des Lebens. Ich bin gesegnet.

	Dass du selbst »ausgenommen« wirst.	
Krebs	Tiefe Verletzung. Lange bestehender Groll. Tiefes Geheimnis oder Trauer, die am Selbst nagen. Trägt Hass in sich. Empfindet Sinnlosigkeit.	Liebevoll vergebe und löse ich alles Vergangene. Ich beschließe, meine Welt mit Freude zu füllen. Ich liebe und akzeptiere mich.
Kreislauf	steht für die Fähigkeit, Emotionen positiv zu fühlen und auszudrücken.	Ich habe die Freiheit, in jeden Teil meiner Welt Liebe und Freude zu bringen. Ich liebe das Leben.
Kropf s. Schilddrüse	Hass wegen etwas Aufgezwungenem. Fühlt sich als Opfer, im Leben bedroht, unerfüllt.	Ich bin die Macht und Autorität in meinem Leben. Ich bin frei, ich selbst zu sein.
Krupp-Husten s. Bronchitis		
L		
Lähmung s. Gelähmtheit, Parkinsonsche Krankheit	Lähmende Gedanken. Steckenbleiben.	Ich bin ein freier Denker und habe mit Leichtigkeit und Freude wunderbare Erlebnisse.
Lebensmittelvergiftung	Überlasst anderen die Kontrolle. Fühlt sich wehrlos.	Ich habe die Kraft, Stärke und Geschicklichkeit, alles zu verdauen, was mir begegnet.
Leber	Sitz der Wut und primitiver Emotionen.	Liebe, Frieden und Freude sind es, was ich kenne.
Leberentzündung	Widerstand gegen Veränderung. Angst, Wut, Hass. Die Leber ist der Sitz von Wut und Rage.	Mein Denken ist geläutert und frei. Ich lasse die Vergangenheit hinter mir und schreite ins Neue weiter. Alles ist gut.
Leberprobleme s. Gelbsucht, Leberentzündung	Chronisches Beschweren. Rechtfertigt das Suchen von Fehlern, um sich selbst zu täuschen. Fühlt sich schlecht.	Ich beschließe, durch den offenen Raum in meinem Herzen zu leben. Ich trachte nach Liebe und finde sie überall.
Lepra	Unfähigkeit, mit dem Leben überhaupt fertig zu werden. Lange genährte Überzeugung, nicht gut oder sauber genug zu sein.	Ich erhebe mich über alle meine Begrenzungen. Ich werde göttlich geführt und inspiriert. Liebe heilt alles Leben.
Leukämie s. Blutprobleme	Inspiration wird brutal abgewürgt. »Was soll's?«	Ich lasse die früheren Begrenzungen hinter mir und begeben mich in die Freiheit des Jetzt. Es ist gut, ich selbst zu sein.
Linke Seite des Körpers	steht für Empfänglichkeit, Aufnehmen, feminine Energie, Frauen, die Mutter.	Meine feminine Energie ist schön und ausgeglichen.
Lunge	steht für die Fähigkeit, Leben in sich aufzunehmen.	In vollkommenem Gleichmaß nehme ich Leben in mich auf.

Lungenentzündung s. Lungenprobleme	Verzweifelt. Lebensmüde. Emotionale Wunden dürfen nicht heilen.	Frei nehme ich göttliche Ideen in mich auf, die mit Odem und Intelligenz des Lebens erfüllt sind. Dies ist ein neuer Augenblick.
Lungenprobleme s. Lungenentzündung	Depression. Trauer. Angst, Leben aufzunehmen. Fühlt sich nicht wert, ganz zu leben.	Ich vermag die Fülle des Lebens in mich aufzunehmen. In Liebe lebe ich die Fülle des Lebens.
Lupus erythematodes (Wolf, Hauttuberkulose)	Aufgeben. Besser zu sterben, als für sich einzustehen. Wut und Bestrafung.	Ich trete frei für mich ein. Ich nehme meine eigene Macht in Anspruch. Ich liebe und akzeptiere mich. Ich bin frei und in Sicherheit.
Lymphprobleme	Eine Warnung, dass das Denken sich auf die wesentlichen Dinge im Leben zurückbesinnen muss. Liebe und Freude.	Ich bin jetzt fest verankert in der Liebe und Freude, am Leben zu sein. Ich gebe mich in den Strom des Lebens. Friede beherrscht mein Gemüt.
M		
Magen	birgt die Nahrung. Verdaut Vorstellungen und Ideen.	Ich verdaue das Leben mit Leichtigkeit.
Magengeschwür s. Geschwüre, Magenproblem, Sodbrennen	Angst. Glaube, du seist nicht gut genug. Ängstlich darauf bedacht zu gefallen.	Ich liebe und akzeptiere mich. Ich bin mit mir selbst in Frieden. Ich bin wunderbar.
Magenprobleme s. Gastritis, Geschwür, Magengeschwür, Sodbrennen	Große Furcht. Angst vor dem Neuen. Unfähigkeit, Neues zu verdauen.	Das Leben stimmt mit mir überein. Ich nehme jeden Augenblick jeden Tages das Neue in mich auf. Alles ist gut.
Magersucht	Absage an das eigene Leben. Extreme Angst, Selbsthass und Selbstablehnung.	Es ist gut, ich selbst zu sein. Ich bin wunderbar, so wie ich bin. Ich entscheide mich für das Leben. Ich entscheide mich für Freude und Selbstachtung.
Malaria	Gleichgewicht mit der Natur und dem Leben gestört.	Ich bin vereint und im Gleichgewicht mit allem Leben. Ich bin in Sicherheit.
Mandelentzündung s. Halsbräune, Halsschmerzen	Angst. Unterdrückte Emotionen. Erstickte Kreativität.	Das Gute in mir fließt nun frei. Göttliche Ideen finden durch mich Ausdruck. Ich bin in Frieden.
Mastitis s. Brustprobleme		
Mastoiditis	Wut und Enttäuschung. Ein Verlangen, nicht zu hören, was geschieht. Gewöhnlich bei Kindern.	Göttlicher Friede und Harmonie umgeben und erfüllen mich. Ich bin eine Oase des Friedens,

	Angst infiziert das Verstehen.	der Liebe und Freude. Alles ist gut in meiner Welt.
Menopause s. Wechseljahre		
Menstruationsprobleme	Ablehnung der eigenen Weiblichkeit. Schuldgefühle, Angst. Glaube, dass die Geschlechtsorgane sündhaft und schmutzig seien.	Ich akzeptiere meine ganze Kraft als Frau und alle Vorgänge in meinem Körper als normal und natürlich. Ich liebe und akzeptiere mich.
Migräne s. Kopfschmerzen	Abneigung, innerlich getrieben zu sein. Widerstand gegen den Fluss des Lebens. Sexuelle Ängste (können gewöhnlich durch Masturbation aufgelöst werden).	Ich entspanne mich im Strom des Lebens und lasse das Leben leicht und bequem für alles sorgen, was ich brauche. Das Leben ist für mich.
Milz	Besessen. Verhaftet. Von etwas besessen sein.	Ich liebe und akzeptiere mich. Ich bin liebevoll und liebenswert.
Mitesser s. Pickel		
Mononukleose (Pfeiffersches Drüsenfieber)	Wut darüber, keine Liebe und Anerkennung zu bekommen. Kümmert sich nicht mehr um sich selbst.	Ich liebe mich, Sorge für mich und erkenne mich an. Ich bin genug.
Multiple Sklerose	Mentale Härte. Hartherzigkeit, eiserner Wille, Unnachgiebigkeit. Angst.	Durch die Wahl von liebevollen, freudvollen Gedanken erschaffe ich eine liebevolle, freundliche Welt. Ich bin in Sicherheit und frei.
Mund	steht für das Aufnehmen neuer Vorstellungen und der Nahrung.	Ich nähre mich mit Liebe.
Mundgeruch s. Halitosis	Wut- und Rache-Gedanken. Erlebnisse stoßen auf.	Liebevoll lasse ich die Vergangenheit los. Ich will nur Liebe äußern.
Mundprobleme	Starre Meinungen. Verschlossenheit. Unfähigkeit, neue Ideen aufzunehmen.	Neue Vorstellungen und Gedanken heiße ich willkommen und bereite sie für die Aufnahme und Verdauung vor.
Mundschleimhautgeschwüre	Schwärende Worte, von den Lippen zurückgehalten. Vorwürfe.	Ich erzeuge nur freudige Erfahrungen in meiner liebevollen Welt.
Muskeldystrophie	»Es lohnt sich nicht, aufzuwachsen.«	Ich überschreite die Grenzen meiner Eltern. Ich bin frei, das bestmögliche Ich zu werden.
Muskeln	Widerstand gegen neue Erfahrungen. Muskeln stehen für unsere Fähigkeit, uns im Leben fortzubewegen.	Ich erfahre das Leben als einen freudvollen Tanz.
Myome, Zysten s. Frauenleiden	Pflegen einer Verletzung durch den Partner. Ein	Ich löse mich innerlich von dem Muster, das

	Schlag gegen das weibliche Ego.	dieses Erlebnis zu mir gezogen hat. Ich erzeuge nur Gutes in meinem Leben.
Myopie (Kurzichtigkeit) s. Augenprobleme	Angst vor der Zukunft. Traut nicht dem, was bevorsteht.	Ich vertraue dem Prozess des Lebens. Ich bin in Sicherheit.
N		
Nacken (Halswirbelsäule)	steht für Flexibilität. Fähigkeit zu sehen, was hinter einem ist.	Ich bin im Frieden mit dem Leben.
Nackenprobleme s. Kapitel Wirbelverschiebungen	Weigerung, andere Seiten einer Angelegenheit zu betrachten. Sturheit, Unbeweglichkeit, Hartnäckigkeit.	Mit Flexibilität und Leichtigkeit betrachte ich alle Seiten einer Sache. Es gibt unendlich viele verschiedene Möglichkeiten, etwas zu tun und zu sehen. Ich bin in Sicherheit.
Narkolepsie	Schafft es nicht. Extreme Angst. Möchte vor allem davonlaufen. Will nicht hier sein.	Ich baue auf die göttliche Weisheit und Führung, die mich jederzeit schützen. Ich bin in Sicherheit.
Nase	steht für Selbsterkenntnis	Ich erkenne meine eigene, intuitive Fähigkeit.
- blutet	Verlangen nach Anerkennung. Fühlt sich übersehen und nicht anerkannt. Schreit nach Liebe.	Ich liebe und akzeptiere mich. Ich erkenne meinen eigenen, wahren Wert. Ich bin wunderbar.
- läuft	Bittet um Hilfe. Weint innerlich.	Ich liebe und tröste mich so, wie es mir angenehm ist.
- verstopft	Erkennt seinen Selbstwert nicht.	Ich liebe und schätze mich.
Nägel	stehen für Schutz.	Innerlich sicher gehe ich nach außen.
Nägelkauen	Frustration. Nagt das Selbst ab. Trotz gegen Elternteil.	Es ist gut, groß und erwachsen zu werden. Ich nehme mein Leben jetzt mit Freude und Leichtigkeit in die Hand.
Nebenhöhlenprobleme (Sinusitis)	Gereiztheit über eine nahe stehende Person.	Frieden und Harmonie erfüllen und umgeben mich jederzeit. Alles ist gut
Nebennieren-Probleme s. Addisonsche Krankheit, Cushing-Syndrom	Defätismus. Kümmert sich nicht mehr um sich selbst. Furchtsamkeit.	Ich liebe und akzeptiere mich. Es ist gut, wenn ich für mich selbst Sorge.
Nerven	stehen für Kommunikation. Empfängliche Berichterstatter.	Ich kommuniziere mit Leichtigkeit und Freude.
Nervenzusammenbruch	Egozentrik. Versperren der Kommunikationswege.	Ich öffne mein Herz und schaffe ausschließlich liebevolle Kommunikationsformen.

		Ich bin in Sicherheit, es geht mir gut.
Nervosität	Angst, Furchtsamkeit, Kampf, Hetze. Traut dem Prozess des Lebens nicht.	Ich bin auf einer endlosen Reise durch die Ewigkeit, und es steht reichlich Zeit zur Verfügung. Ich kommuniziere mit meinem Herzen. Alles ist gut.
Nesselausschlag	Kleine, versteckte Ängste. Macht aus einer Mücke einen Elefanten.	Ich bringe Frieden in jede Ecke meines Lebens.
Neuralgie	Bestrafung für Schuld. Pein wegen einer Kommunikation.	Ich vergebe mir. Ich liebe und akzeptiere mich. Ich teile mich liebevoll mit.
Nierenbeckenentzündung s. Harnwege		
Nierenentzündung	Überreaktion auf Enttäuschung und Versagen.	Nur das Richtige geschieht in meinem Leben. Ich lasse das Alte los und heiße das Neue willkommen.
Nierenprobleme	Kritik, Enttäuschung, Versagen. Scham. Reagiert wie ein kleines Kind.	Göttlich-Richtiges geschieht überall in meinem Leben. Nur Gutes erwächst mir aus jeder Erfahrung. Es ist gut, groß zu werden.
Nierensteine	Brocken unaufgelöster Wut.	Mit Leichtigkeit löse ich alle Probleme der Vergangenheit auf.
O		
Ödem	Was oder wen willst du nicht loslassen?	Ich lasse die Vergangenheit bewusst los. Es ist gut für mich, loszulassen. Jetzt bin ich frei.
Ohnmachtsanfall	Angst. Schaffe es nicht. Steige aus.	Ich habe Kraft, Stärke und Wissen, alles in meinem Leben zu bewältigen.
Ohren	stehen für die Fähigkeit zu hören.	Ich höre mit Liebe.
Ohrensausen	Weigerung zu lauschen. Hört nicht die innere Stimme. Verbohrtheit.	Ich vertraue meinem Höheren Selbst. Ich lausche liebevoll meiner inneren Stimme. Ich lasse alles los, dass nicht der Liebe entspricht.
Ohrenschmerzen (Otitis)	Wut. Will nicht hören. Zu viel Durcheinander. Eltern streiten.	Harmonie umgibt mich. Ich lausche mit Liebe dem Angenehmen und Guten. Ich bin ein Mittelpunkt der Liebe.
Osteomyelitis s. Knochenprobleme	Wut und Frustration über das Grundgerüst des	Ich bin in Frieden mit dem Prozess des Lebens und vertraue ihm. Ich bin

	Lebens. Fühlt sich nicht unterstützt.	in Sicherheit und geborgen.
Osteoporose s. Knochenprobleme	Gefühl, im Leben keine Unterstützung zu erhalten.	Ich trete für mich selbst ein, und das Leben unterstützt mich auf unerwartete, liebevolle Weise.
P		
Pagetsche Krankheit	Gefühl, den Boden unter den Füßen verloren zu haben. »Ich bin allen egal.«	Ich weiß, dass ich vom Leben auf großartige, herrliche Weise unterstützt werde. Das Leben liebt mich und kümmert sich um mich.
Parasiten	Gibt Macht an andere ab, überlässt ihnen das Feld.	Liebevoll nehme ich meine Macht zurück und schalte alle Störungen aus.
Parkinsonsche Krankheit s. Gelähmtheit, Lähmung	Angst und ein starkes Verlangen, über alles und jeden Kontrolle auszuüben.	Ich entspanne mich in dem Wissen, dass ich in Sicherheit bin. Das Leben ist für mich und ich vertraue in den Prozess des Lebens.
Parodontose	Wut über die Unfähigkeit, Entscheidungen zu treffen. Unentschlossenheit.	Ich akzeptiere mich, und meine Entscheidungen sind immer richtig für mich.
Pfeiffersches Drüsenfieber s. Mononukleose		
Pickel	kleine Wutausbrüche.	Ich bringe Ruhe in meine Gedanken, und ich bin gelassen.
Pilz	Stagnierende Überzeugungen. Weigerung, die Vergangenheit loszulassen. Das Heute wird vom Gestern beherrscht.	Ich lebe im jetzigen Augenblick, freudig und frei.
Polypen	Spannungen und Streit in der Familie. Kind fühlt sich nicht willkommen und meint, den Eltern im Wege zu stehen.	Dieses Kind ist gewollt, willkommen und geliebt.
Prämenstruelles Syndrom	Überlässt der Verwirrung das Feld. Überlässt äußeren Einflüssen die Macht. Lehnt die weiblichen Lebensprozesse ab.	Ich übernehme jetzt selbst die Verantwortung für mein Denken und Leben. Ich bin eine kraftvolle, dynamische Frau! Jeder Teil meines Körpers funktioniert perfekt. Ich liebe mich.
Prostata	steht für das maskuline Prinzip.	Ich akzeptiere und freue mich meiner Männlichkeit.
- Probleme	Mentale Ängste schwächen die Männlichkeit. Aufgeben.	Ich liebe und akzeptiere mich. Ich akzeptiere

	Sexueller Druck und Schuldgefühle. Glaube an das Altern.	meine eigene Kraft. Ich bin im Geiste immer jung.
Pruritus s. Juckreiz		
Pruritus ani s. After		
Psoriasis s. Hautprobleme	Angst, verletzt zu werden. Abtöten des Selbstempfindens. Weigert sich, die Verantwortung für die eigenen Empfindungen anzunehmen.	Ich bin offen für die Freuden des Lebens. Ich verdiene und akzeptiere das Allerbeste im Leben. Ich liebe und akzeptiere mich.
Pyelonephritis s. Harnwege		
Q		
Quetschungen	Die kleinen Schläge und Stöße im Leben. Selbstbestrafung.	Ich liebe und mag mich. Ich bin sanft und freundlich zu mir. Alles ist gut.
R		
Rachitis	Emotionale Unterernährung. Mangel an Liebe und Sicherheit.	Ich fühle mich sicher, und ich werde von der Liebe des Universums genährt.
Rechte Seite des Körpers	Ausgeben, Loslassen, maskuline Energie, Männer, der Vater.	Ich gleiche meine maskuline Energie leicht und mühelos aus.
Reisekrankheit	Angst. Angst, sich nicht mehr unter Kontrolle zu haben.	Ich habe meine Gedanken immer unter Kontrolle. Ich bin in Sicherheit. Ich liebe und akzeptiere mich.
- im Auto	Angst. Bindung. Gefühl, gefangen zu sein.	Ich bewege mich mit Leichtigkeit durch Zeit und Raum. Nur Liebe umgibt mich.
- zur See	Furcht. Todesangst. Verlust der Beherrschung.	Ich bin völlig sicher im Universum. Ich bin überall in Frieden. Ich vertraue dem Leben.
Rheumatismus	Fühlt sich schikaniert. Mangel an Liebe. Chronische Verbitterung. Groll.	Ich erzeuge meine Erlebnisse selbst. So wie ich mich selbst und andere liebe und annehme, werden meine Erfahrungen besser und besser.
Ringelflechte	Du lässt zu, dass andere dir unter die Haut gehen. Du fühlst dich nicht gut oder sauber genug.	Ich liebe und akzeptiere mich. Kein Mensch, kein Ort und kein Ding haben Gewalt über mich. Ich bin frei.
Rücken	steht für die Unterstützung im Leben.	Ich weiß, dass das Leben immer hinter mir steht.
Rückenprobleme s. Kapitel Wirbelverschiebungen		
- Mitte	Schuldgefühle. Bleibt an »all dem Zeug da hinten« hängen.	Ich lasse die Vergangenheit los. Ich bin frei, mich liebenden

		Herzens voran zu bewegen.
- oben	Mangel an emotionaler Unterstützung. Fühlt sich ungeliebt, hält selbst Liebe zurück.	Ich liebe und akzeptiere mich. Das Leben unterstützt und liebt mich.
- unten	Furcht ums Geld. Mangel an finanzieller Unterstützung.	Ich vertraue dem Prozess des Lebens. Für alles, was ich brauche, ist immer gesorgt. Ich bin in Sicherheit.
Ruhr	Angst und starke Wut.	Ich schaffe Frieden in meinem Denken, und mein Körper spiegelt ihn wider.
- Amöben-	Du glaubst, man habe es auf dich abgesehen.	Ich bin die Macht und die Autorität in meiner Welt. Ich bin im Frieden.
- Bazillen-	Bedrücktheit und Hoffnungslosigkeit.	Ich bin voller Leben, Energie und Lebensfreude.
S		
Schambein	steht für Schutz.	Meine Sexualität ist sicher.
Scheidenkatarrh s. Frauenleiden, Weißfluss	Wut auf den Partner. Sexuelle Schuldgefühle. Selbstbestrafung.	Andere spiegeln die Liebe und Anerkennung wider, die ich für mich selbst empfinde. Ich freue mich über meine Sexualität.
Schienbein	Ideale brechen zusammen. Das Schienbein steht für unsere Maßstäbe im Leben.	Mit Liebe und Freude lebe ich nach den höchsten Maßstäben.
Schilddrüse	Demütigung. »Ich bekomme nie das zu tun, was ich tun will. Wann komme ich endlich an die Reihe?«	Ich lasse die alten Begrenzungen hinter mir und gestatte mir nun, mich frei und schöpferisch auszudrücken.
Schlaflosigkeit	Angst. Traut nicht dem Prozess des Lebens. Schuldgefühle.	Liebevoll lasse ich den Tag hinter mir und gleite in friedlichen Schlaf mit dem Wissen, dass der morgige Tag für sich selbst sorgen wird.
Schlaganfall	Aufgeben. Widerstand. »Lieber sterben, als sich verändern.« Ablehnung des Lebens.	Leben ist Wandlung, und ich passe mich leicht dem Neuen an. Ich nehme das Leben an – Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft.
Schleimbeutelentzündung	Unterdrückte Wut, die jemanden treffen will.	Liebe entspannt und löst alles, was ihrem Wesen nicht entspricht.
Schmerz s. Dauerschmerz	Schuldgefühl. Schuld sucht immer nach Bestrafung.	Liebevoll lasse ich die Vergangenheit los. Die anderen sind frei und ich

		bin frei. Alles ist jetzt gut in meinem Herzen.
Schnarchen	Sture Weigerung, alte Verhaltens- und Denkmuster loszulassen.	Ich löse mich von allem Denken, dass nicht Liebe und Freude ist. Ich löse mich von der Vergangenheit und gehe ein in Neues, Frisches, Vitales.
Schnittwunden s. Verletzungen, Wunden	Bestrafung, weil du deinen eigenen Regeln nicht gefolgt hast.	Ich erschaffe mir ein Leben voller Belohnungen.
Schultern s. Gelenke	stehen für unsere Fähigkeit, unsere Erfahrungen im Leben freudig zu tragen. Wir machen uns mit unserer Einstellung das Leben zur Last.	Ich fasse den Beschluss, dass alle meine Erlebnisse voll Freude und Liebe sein dürfen.
- hängend s. Hohlrundrücken	Trägt die Lasten des Lebens. Hilf- und hoffnungslos.	Ich stehe aufrecht und frei. Ich liebe und akzeptiere mich. Mein Leben wird von Tag zu Tag besser.
Schwäche	Bedürfnis nach einer mentalen Verschnaufpause.	Ich gebe meinem Denken einen freudvollen Urlaub.
Schwellung s. Ödem, Flüssigkeitsansammlungen	Im Denkprozess hängengeblieben. Gestaute, schmerzhaft Vorstellungen.	Meine Gedanken fließen frei und leicht. Ich bewege mich frei und ungehindert durch viele Ideen.
Schwindel	Flüchtige, zerstreute Gedanken. Weigerung, der Realität ins Auge zu blicken.	Ich bin ganz in meiner Mitte und lebe in Frieden. Es ist gut, dass ich am Leben und voll Freude bin.
Seekrankheit s. Reisekrankheit zur See		
Selbstmord	Sieht das Leben nur in Schwarz und Weiß. Weigert sich, einen anderen Ausweg zu sehen.	Ich lebe in der ganzen Fülle der Möglichkeiten. Es gibt immer einen anderen Weg. Ich bin in Sicherheit.
Senilität s. Alzheimersche Krankheit	Rückkehr in die vermeintliche Sicherheit des Kindesalters. Verlangt Pflege und Aufmerksamkeit. Eine Form der Machtausübung und Kontrolle über die Menschen in der Umgebung. Fluchtversuche.	Göttlicher Schutz. Sicherheit. Frieden. Die Intelligenz des Universums wirkt auf jeder Ebene des Lebens.
Sichelzellanämie	Glaube, dass man nicht genug sei, zerstört die Freude am Leben.	Dieses Kind lebt und atmet die Freude am Leben; es wird von Liebe genährt und erhalten.

		Gott wirkt jeden Tag Wunder.
Skelett	Das Gerüst zerbröselt. Knochen stehen für die Struktur deines Lebens.	Ich bin stark und gesund. Ich bin wohlstrukturiert.
Sklerodermie	Schützt das Selbst vor dem Leben. Traut sich nicht mehr zu, da zu sein und für sich selbst zu sorgen.	Ich entspanne mich ganz, denn ich weiß, dass ich in Sicherheit bin. Ich vertraue dem Leben und mir selbst.
Skoliose s. Hohlrundrücken, Schultern hängen		
Sodbrennen s. Geschwür, Magengeschwür, Magenprobleme	Angst, Angst, Angst. Erdrückende Angst.	Ich atme frei und tief. Ich bin sicher. Ich vertraue dem Prozess des Lebens.
Solarplexus	»Magengrube«, Reaktionen aus dem Bauch. Zentrum unserer intuitiven Kraft.	Ich vertraue meiner inneren Stimme. Ich bin stark, klug und mächtig.
Soor s. Candida, Hefepilz-Infektionen, Mund	Ärger, die falschen Entscheidungen zu treffen.	Liebevoll akzeptiere ich meine Entscheidungen und weiß, dass ich die Freiheit habe, etwas zu ändern. Ich bin in Sicherheit.
spastische Kolitis s. Darm, Dickdarm, Dickdarmverschleimung, Kolitis	Angst vor dem Loslassen. Unsicherheit.	Es ist gut für mich zu leben. Das Leben wird immer für mich sorgen. Alles ist gut.
spinale Meningitis	Entzündetes, erhitztes Denken und Wut auf das Leben.	Ich lasse von allen Vorwürfen ab und nehme die Friedlichkeit und Freude des Lebens an.
Steifer Nacken s. Nackenprobleme	Unbeugsame Hartnäckigkeit.	Es ist gut, auch andere Gesichtspunkte zu betrachten.
Steifigkeit	Steifes, starres Denken.	Ich besitze genug Sicherheit, um in meinem Denken flexibel sein zu können.
Sterilität s. Unfruchtbarkeit		
Stiche s. Bisse		
Stottern	Unsicherheit. Mangel an Selbstaussdruck. Darf nicht schreien.	Ich habe die Freiheit, für mich selbst zu sprechen. Ich bin jetzt sicher in meinem Ausdruck. Ich teile mich liebevoll mit.
Suizid s. Selbstmord		
Süchte	Vor sich selbst davonlaufen. Angst. Sich nicht zu lieben wissen.	Ich entdecke jetzt, wie wunderbar ich bin. Ich beschließe, mich zu lieben und Freude zu genießen.
Syphilis s. Geschlechtskrankheiten	Gibt seine Kraft und Tüchtigkeit ab.	Ich beschließe, ich selbst zu sein. Ich billige mich so, wie ich bin.
T		

Taubheit (Empfindungslosigkeit)	Liebe oder Beachtung zurückhalten. Mental absterben.	Ich teile meine Gefühle und meine Liebe mit. Ich spreche auf die Liebe in jedem an.
Taubheit (Ohren)	Zurückweisung, Starrköpfigkeit, Isolation. Was willst du nicht hören? »Lass mich in Ruhe.«	Ich lausche dem Göttlichen und freue mich über alles, was ich hören kann. Ich bin eins mit allem.
Teilnahmslosigkeit s. Apathie		
Tetanus s. Wundstarrkrampf		
Thymus	Die wichtigste Drüse im Immunsystem. Gefühl, vom Leben angegriffen zu werden. Man hat es auf mich abgesehen.	Meine liebevollen Gedanken erhalten mein Immunsystem stark. Ich bin innerlich und äußerlich in Sicherheit. Ich höre mich selbst mit Liebe.
Tics, Zuckungen	Angst. Gefühl, von anderen beobachtet zu werden.	Ich erfahre Anerkennung von allem Leben. Alles ist gut. Ich bin in Sicherheit.
Tod	steht für das Verlassen von diesem Abschnitt des Lebensfilmes.	Freudig begeben sich auf neue Ebenen des Erlebens. Alles ist gut.
Tollwut	Wut. Überzeugung, dass Gewalt die Lösung sei.	Ich bin umgeben und erfüllt von Frieden.
Tuberkulose	Verzehrt sich vor Ichbezogenheit. Besitzergreifend. Gedanken der Grausamkeit und Rache.	Indem ich mich liebe und akzeptiere, erschaffe ich eine freudvolle, friedliche Welt, in der ich leben kann.
Tumore s. Gewächse	Pflegt alte Verletzungen und Schocks. Gewissensbisse.	Liebevoll löse ich mich von der Vergangenheit und richte meine Aufmerksamkeit auf diesen neuen Tag. Alles ist gut.
U		
Unfälle	Unvermögen, für sich selbst einzutreten. Auflehnung gegen Autorität. Glauben an das Mittel der Gewalt.	Ich löse mich innerlich von dem Muster, das hierzu geführt hat. Ich bin im Frieden. Ich bin es wert.
Unfruchtbarkeit	Angst und Widerstand gegen den Prozess des Lebens – oder keine Notwendigkeit, durch die Erfahrungen der Elternschaft zu gehen.	Ich vertraue in den Prozess des Lebens. Ich bin immer am richtigen Ort und tue das Richtige zur rechten Zeit. Ich liebe und akzeptiere mich.
unheilbar krank	kann in dieser Phase nicht durch äußere Mittel geheilt werden. Wir müssen nach innen gehen, um eine Heilung zu bewirken. Es kam von nirgendwo und wird sich nach nirgendwo zurückziehen.	Wunder geschehen jeden Tag. Ich gehe nach innen, um das Muster aufzulösen, das zu diesem Zustand geführt hat, und ich nehme eine göttliche Heilung an. So ist es!

Urticaria s. Nesselausschlag		
Uterus s. Gebärmutter		
Übelkeit	Angst. Ablehnung einer Idee oder Erfahrung.	Ich bin in Sicherheit. Ich vertraue darauf, dass mir der Prozess des Lebens nur Gutes bringt.
Überaktivität	Fühlt sich unter Druck, außer sich.	Ich bin in Sicherheit. Aller Druck löst sich auf. Ich bin gut genug.
Übergewicht s. Fett	Angst, Schutzbedürfnis. Läuft vor seinen Gefühlen davon. Unsicherheit, Selbstablehnung. Sucht Erfüllung.	Ich bin im Frieden mit meinen Gefühlen und Empfindungen. Ich bin in Sicherheit, wo ich bin. Ich schaffe mir meine Sicherheit selbst. Ich liebe und akzeptiere mich.
V		
Venenentzündung	Wut und Frustration. Beschuldigt andere wegen Enge und mangelnder Freude im eigenen Leben.	Freude strömt frei durch mich, und ich bin mit dem Leben in Frieden.
Verbrennungen	Wut. Entflammt sein, aufgezehrt werden.	Ich erzeuge nur Frieden und Harmonie in mir und in meiner Umgebung. Ich verdiene es, mich wohl zu fühlen.
Verdauungsstörungen	Furcht, Schrecken, Ängstlichkeit auf Bauch-Ebene. Festhaltend und stöhnend.	Ich kann alle neuen Erfahrungen leicht und freudig in mich aufnehmen und verdauen.
Verletzungen s. Schnittwunden, Wunden	Wut über sich selbst. Fühlt sich schuldig.	Ich lasse die Wut jetzt auf positiven Bahnen hinaus. Ich liebe und akzeptiere mich.
Verstauchung	Zorn und Widerstand. Will im Leben nicht in eine bestimmte Richtung gehen.	Ich vertraue dem Prozess des Lebens, der mich dem höchsten Ziel entgegenführen wird. Ich bin in Frieden.
Verstopfung	Weigerung, von alten Vorstellungen abzulassen. Bleibt in der Vergangenheit stecken. Manchmal auch Geiz.	Indem ich die Vergangenheit loslasse, können Neues, Frisches und Vitales eintreten. Ich erlaube dem Leben, durch mich zu fließen.
Virusinfektion s. Infektionen	Mangel an Freude im Leben. Verbitterung.	Liebevoll lasse ich zu, dass reichlich Freude durch mein Leben fließt. Ich liebe mich.
Vitiligo (Weißfleckenkrankheit)	Gehöre zu Niemandem, fühle mich ganz und gar ausgeschlossen, nicht als Mitglied einer Gruppe.	Ich bin im Zentrum des Lebens und ganz und gar in Liebe verbunden.
Vulva	steht für Verletzlichkeit.	Es ist gut, verletzlich zu sein.
W		

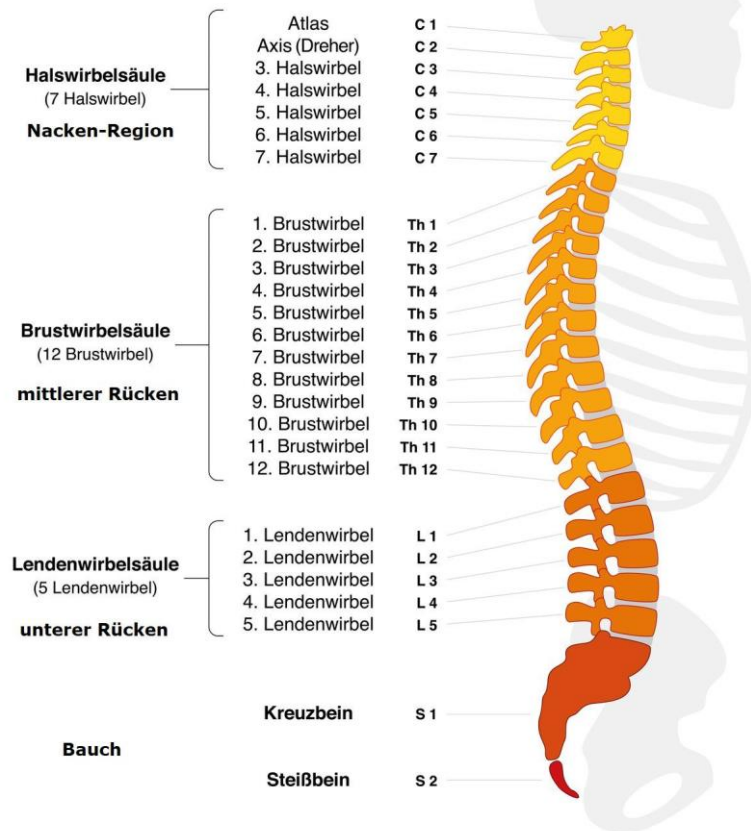
Wahnsinn	Flucht vor der Familie. Fluchtversuch, Rückzug, gewaltsame Trennung vom Leben.	Dieses Menschen Geist kennt seine wahre Identität und ist ein schöpferischer Punkt göttlichen Selbstausdrucks.
Warzen s. Dornwarzen	Kleine Ausdrucksformen des Hasses, Glaube an Hässlichkeit.	Ich bin vollkommener Ausdruck der Liebe und Schönheit des Lebens.
Wechseljahre-Probleme	Angst, nicht mehr begehrt zu sein. Selbstablehnung. Angst vor dem Altern.	Ich bin bei allen Wechseln der Zyklen ausgeglichen und in Frieden, und ich segne meinen Körper mit Liebe.
Weinen	Tränen sind der Bach des Lebens; sie werden aus Freude, aus Traurigkeit und aus Angst vergossen.	Ich bin mit allen meinen Emotionen in Frieden. Ich liebe und akzeptiere mich.
Weisheitszahn, impaktiert	Gewährt keinen mentalen Raum, um eine feste Grundlage zu schaffen.	Ich öffne mein Bewusstsein der Ausbreitung des Lebens. Es gibt genügend Raum, in dem ich wachsen und mich wandeln kann.
Weißfluss s. Frauenleiden, Scheidenkatarrh	Glauben, Frauen hätten über das andere Geschlecht keine Macht. Wut auf einen Gefährten.	Ich bin es, die alle meine Erfahrungen erschafft. Ich bin die Macht. Ich erfreue mich meiner Weiblichkeit. Ich bin frei.
Wirbelsäule s. Kapitel Wirbelverschiebungen	Flexible Stütze des Lebens.	Das Leben unterstützt mich.
Wunden s. Schnittwunden, Verletzungen	Wut gegen sich selbst, Schuldgefühle.	Ich vergebe mir und beschließe, mich zu lieben.
Wundheit	Ungeäußerte Wut, die sich festsetzt.	Ich gebe meinen Emotionen auf freudige, positive Weise Ausdruck.
Wundstarrkrampf	Notwendigkeit, ärgerliche und krankmachende Gedanken loszulassen.	Ich erlaube der Liebe in meinem Herzen, mich zu läutern und jeden Teil meines Körpers und Fühlens zu reinigen, zu klären und zu heilen.
Z		
Zähne	stehen für Entscheidungen.	
Zahnprobleme s. Zahnwurzelkanal	Lange bestehende Unentschlossenheit. Unfähigkeit, Ideen zu analysieren und zu Entscheidungen zu gelangen.	Ich treffe meine Entscheidungen auf der Grundlage des Wahrheitsprinzips, und ich bin ruhig in dem Wissen, dass nur das Richtige in meinem Leben stattfindet.
Zahnfleischbluten	Mangel an Freude über die Entscheidungen im Leben.	Ich vertraue darauf, dass in meinem Leben immer das Richtige

		unternommen wird. Ich bin in Frieden.
Zahnfleischprobleme	Unfähigkeit, zu seinen Entscheidungen zu stehen. Unschlüssigkeit.	Ich treffe meine Entscheidungen selbst. Ich halte mich an sie und unterstütze mich selbst durch Liebe.
Zahnwurzelkanal s. Zähne	Kann in nichts mehr hineinbeißen. Fundamentale Überzeugungen zerstört.	Ich baue feste Grundlagen für mich und mein Leben. Ich wähle meine Überzeugungen selbst, um mich freudig zu unterstützen.
Zehen	stehen für die kleineren Einzelheiten der Zukunft.	Alle Details ergeben sich von selbst.
Zehennagel, eingewachsen	Sorge und Schuldgefühl in Bezug auf dein Recht, voranzuschreiten.	Es ist mein gottgegebenes Recht, meine Richtung im Leben selbst zu bestimmen. Ich bin sicher. Ich bin frei.
Zellulitis	Aufgestaute Wut und Selbstbestrafung.	Ich vergebe den anderen. Ich vergebe mir selbst. Ich bin frei, das Leben zu lieben und zu genießen.
Zuckerkrankheit s. Diabetes		
Zunge	steht für die Fähigkeit, die Annehmlichkeiten des Lebens freudig zu kosten.	Ich erfreue mich der reichlichen Geschenke des Lebens.
Zysten	Eine Wiederholung des alten Schmerz-Musters. Verletzungen aus der Kleinkinderzeit. Ein falsches Gewächs.	Die alten Muster meines Denkens sind so mächtig, weil ich ihnen Macht gebe. Ich liebe mich.
Zystitis s. Blasenprobleme		

Wirbelverschiebungen

So viele Menschen haben so unterschiedliche Rückenbeschwerden, dass ich das Gefühl hatte, es sei sehr hilfreich, die Wirbelsäule mit allen ihren Wirbeln als separates Kapitel aufzuführen. Bitte betrachte die folgende Abbildung der Wirbelsäule mit den dazugehörigen medizinischen Informationen. Dann schlage auf den nächsten Seiten die entsprechenden Denkmuster nach. Entscheide – wie immer – selbst, welcher Zusammenhang dir am passendsten erscheint.

Die Wirbelsäule



Wirbelsäule Tabelle 1, Versorgungsgebiete / Auswirkungen

Wirbel	Versorgungsgebiete	Auswirkungen
C1	Blutversorgung vom Kopf. Hypophyse, Kopfhaut. Gehirn, Innen- und Mittelohr. Sympathisches Nervensystem.	Kopfschmerzen, Nervosität, Schlaflosigkeit, Kopfgrippe, Bluthochdruck, Migräne, Nervenzusammenbruch, Gedächtnisschwund, chronische Müdigkeit, Schwindel.
C2	Augen, Sehnerven, Hörnerven, Nebenhöhlen, Mastoid-Knochen, Zunge, Stirn.	Nebenhöhlenbeschwerden, Allergien, Schielen, Taubheit. Augenleiden, Ohrenschmerzen, Ohnmachtsanfälle, bestimmte Arten von Blindheit.
C3	Wangen, Ohrmuscheln, Gesichtsknochen, Zähne, Facialis-Nerv.	Neuralgie, Neuritis, Akne oder Pickel, Ekzem.
C4	Nase, Lippen, Mund, Eustachische Röhre.	Heuschnupfen, Katarrh. Hörverlust, Polypen.
C5	Stimmbänder, Nackendrüsen, Rachen	Kehlkopfentzündung, Heiserkeit,

		Halschmerzen, Halsbräune etc.
C6	Nackenmuskulatur, Schultern, Mandeln.	Steifes Genick, Oberarmschmerzen, Mandelentzündung, Keuchhusten, Krupp- Husten.
C7	Schilddrüse, Schulter- Schleimbeutel, Ellbogen	Schleimbeutel- entzündung, Erkältungen, Schilddrüsenerkrankung.
Th01	Unterarme, Handgelenke, Hände, Finger; Speiseröhre, Luftröhre.	Asthma, Husten, Atembeschwerden, Kurzatmigkeit, Schmerzen in Unterarmen und Händen.
Th02	Herz einschliesslich seiner Klappen und Umhüllung. Herzkranzgefässe.	funktionelle Herzbeschwerden und gewisse Brustleiden.
Th03	Lungen, Bronchien, Rippenfell, Brustkorb, Brüste.	Bronchitis, Rippenfellentzündung, Lungenentzündung, Grippe.
Th04	Gallenblase, Gallengänge.	Gallenleiden, Gelbsucht, Gürtelrose.
Th05	Leber, Solarplexus, Blut	Leberleiden, Fieber, niederer Blutdruck, Anämie, Kreislaufschwäche, Arthritis.
Th06	Magen.	Magenbeschwerden, auch nervöser Art; Verdauungsstörungen, Sodbrennen.
Th07	Bauchspeicheldrüse, Zwölffingerdarm.	Geschwüre, Gastritis.
Th08	Milz.	Abwehrschwäche.
Th09	Nebennieren.	Allergien, Nesselausschläge.
Th10	Nieren	Nierenbeschwerden, Arterienverkalkung. Chronische Müdigkeit, Nieren(becken) entzündung.
Th11	Nieren, Harnleiter.	Hautkrankheiten wie Akne, Pickel, Ekzeme oder Furunkel.
Th12	Dünndarm, Lymphsystem.	Rheumatismus, Blähungen, gewisse Arten der Sterilität.
L1	Dickdarm, Leistenpforte.	Verstopfung, Kolitis, Ruhr, Durchfall, manche Arten von Brüchen (Hernien).
L2	Blinddarm, Bauch, Oberschenkel.	Krämpfe, Atembeschwerden, Übersäuerung, Krampfadern.

L3	Geschlechtsorgane, Gebärmutter, Blase, Knie.	Blasenleiden, Menstruations- beschwerden (z.B. schmerzhafte oder unregelmässige Perioden), Fehlgeburten, Bettnässen, Impotenz, Wechseljahre- Beschwerden, viele Kniebeschwerden.
L4	Prostata, Muskeln der unteren Rückenabschnitte, Ischias.	Ischias, Hexenschuss; schwieriges, schmerzhafte oder zu häufiges Harnlassen; Rückenbeschwerden.
L5	Unterschenkel, Sprunggelenke, Füsse.	Schlechte Durchblutung der Unterschenkel, geschwollene Knöchel, schwache Sprunggelenke und Fussgewölbe, kalte Füsse, schwache Beine, Wadenkrämpfe
Kreuzbein	Hüftknochen, Gesäss.	Beschwerden im Bereich der Hüfte/Becken- Gelenke, Wirbelsäulen- verkrümmungen.
Steissbein	Enddarm, After.	Hämorrhoiden, Afterjucken, Schmerzen am Ende der Wirbelsäule beim Sitzen.
Verschiebungen von Wirbeln und Bandscheiben können Reizungen des Nervensystems verursachen und die Strukturen, Organe und Funktionen beeinträchtigen, was zu den in dieser Liste angegebenen Beschwerden führen kann.		

Wirbelsäule Tabelle 2, Vermutliche Ursache / Neues Denkmuster

Wirbel	Vermutliche Ursache	Neues Denkmuster
Halswirbelsäule		
C1	Angst. Verwirrung. Läuft vor dem Leben davon. Fühlt sich nicht gut genug. »Was würden die Nachbarn dazu sagen?« Nicht enden wollender innerer Dialog.	Ich bin in meiner Mitte, ruhig und ausgeglichen. Das Universum stimmt mir bei. Ich vertraue meinem Höheren Selbst. Alles ist gut.
C2	Ablehnung von Weisheit. Weigerung, zu wissen oder zu verstehen. Unentschlossenheit. Groll und Vorwurf. Verhältnis zum Leben unausgeglichen. Leugnung der eigenen Spiritualität.	Ich bin eins mit dem Universum und allem Leben. Es ist gut für mich, zu wissen und zu wachsen.
C3	Nimmt Vorwürfe anderer auf sich. Schuldgefühle. Märtyrer.	Ich bin nur für mich selbst verantwortlich, und ich freue mich über

	Unentschlossenheit. Macht sich selbst nieder. Schluckt mehr, als man verdauen kann.	mich selbst. Ich kann alles handhaben, was ich erschaffe.
C4	Schuldgefühle. Unterdrückte Wut. Verbitterung. Angestaute Gefühle. Ungeweinte Tränen.	Ich bin klar in meiner Kommunikation mit dem Leben. Ich bin frei, das Leben gerade jetzt zu genießen
C5	Angst vor Lächerlichkeit und Demütigung. Angst, sich selbst auszudrücken. Lehnt das Gute in sich selbst ab. Überlastet.	Meine Kommunikation ist klar. Ich nehme das Gute in mir an. Ich lasse ab von allen Erwartungen. Ich werde geliebt und bin in Sicherheit.
C6	Belastungen. Überlastet. Versucht, andere zu verändern. Widerstand. Mangelnde Flexibilität.	Liebevoll überlasse ich andere ihren eigenen Lektionen. Ich sorge voll Liebe für mich selbst. Ich gehe mit Leichtigkeit durchs Leben.
C7	Verwirrung. Wut. Fühlt sich hilflos. Kann sich nicht äußern.	Ich habe ein Recht, ich selbst zu sein. Ich vergebe der Vergangenheit. Ich weiß, wer ich bin. Ich berühre andere mit Liebe.
Brustwirbelsäule		
Th1	Angst vor dem Leben. Hat zu viel zu bewältigen. Kann damit nicht umgehen. Verschließt sich vor dem Leben.	Ich akzeptiere das Leben und nehme es mit Leichtigkeit auf. Alles Gute ist jetzt mein.
Th2	Angst, Schmerz, Verletzung. Will nicht fühlen. Verschließt sein Herz.	Mein Herz vergibt und lässt los. Es ist gut, mich selbst zu lieben. Innerer Frieden ist mein Ziel.
Th3	Inneres Chaos. Tiefe, alte Verletzungen. Unfähigkeit zur Kommunikation.	Ich vergebe jedem. Ich vergebe mir selbst. Ich baue mich auf.
Th4	Verbitterung. Bedürfnis, den Irrtum anderer aufzuweisen. Verurteilen.	Ich gebe mir selbst das Geschenk der Vergebung, und wir sind beide frei.
Th5	Lehnt die Verarbeitung der Emotionen ab. Angestaute Gefühle, Rage.	Ich lasse das Leben durch mich fließen. Ich bin willens zu leben. Alles ist gut.
Th6	Wut auf das Leben. Zurückgehaltene negative Emotionen. Angst vor der Zukunft. Ständige Sorgen.	Ich vertraue, dass das Leben sich auf positive Weise vor mir entfaltet. Es ist gut, mich selbst zu lieben.
Th7	Sammelt Schmerz. Verweigert sich Genuss.	Bereitwillig lasse ich los. Ich lasse Süße in mein Leben ein.

Th8	Besessen vom Scheitern. Wehrt sich gegen das Gute in sich selbst.	Ich bin offen und empfänglich für alles Gute. Das Universum liebt mich und unterstützt mich.
Th9	Fühlt sich vom Leben im Stich gelassen. Macht anderen Vorwürfe. Fühlt sich als Opfer.	Ich nehme meine eigene Macht in Anspruch. Liebevoll erschaffe ich meine Wirklichkeit selbst.
Th10	Weigerung, Verantwortung zu übernehmen. Will lieber Opfer sein. »Das ist alles eure Schuld.«	Ich öffne mich für Freude und Liebe, die ich freizügig gebe und reichlich empfangen.
Th11	Schwaches Selbstbild. Angst vor Beziehungen.	Ich sehe mich als schön, liebenswert und beliebt. Ich bin stolz darauf, ich zu sein.
Th12	Enteignet sich selbst des Rechts zu leben. Unsicher und ängstlich vor der Liebe. Unfähig zu verdauen.	Ich beschließe, die Freude des Lebens in meinem Körper zirkulieren zu lassen. Ich bin willens, mich aufzubauen.
Lendenwirbelsäule		
L1	Ein Schrei nach Liebe und das Bedürfnis, allein zu sein. Unsicherheit.	Ich bin sicher im Universum, und alles Leben liebt und unterstützt mich.
L2	Im Schmerz der Kindheit steckengeblieben. Sieht keinen Ausweg.	Ich wachse über die Begrenzungen meiner Eltern hinaus und lebe für mich selbst. Jetzt bin ich an der Reihe.
L3	Sexueller Missbrauch. Schuldgefühle. Selbsthass.	Ich lasse die Vergangenheit los. Ich mag mich und meine schöne Sexualität. Ich bin in Sicherheit. Ich werde geliebt.
L4	Ablehnung der Sexualität. Finanzielle Unsicherheit. Angst um die Karriere. Fühlt sich machtlos.	Ich liebe den, der ich bin. Ich stehe auf der festen Grundlage meiner eigenen Kraft. Ich bin sicher auf allen Ebenen.
L5	Unsicherheit. Schwierigkeit der Kommunikation. Wut. Unfähigkeit, Lust anzunehmen.	Ich habe es verdient, am Leben Freude zu haben. Ich will Freude und Vergnügen und nehme sie an.
Kreuzbein	Machtverlust. Alte, verbohrt Wut.	Ich bin die Macht und Autorität in meinem Leben. Ich lasse die Vergangenheit los und nehme mein Gutes jetzt in Anspruch.
Steißbein	Aus dem inneren Gleichgewicht geraten.	Ich bringe mein Leben durch Selbstliebe wieder

	Festhalten. Selbstvorwürfe. Bleibt auf dem alten Schmerz sitzen.	ins Gleichgewicht. Ich lebe im Heute und liebe mich so, wie ich bin
--	---	---

Weitere Anmerkungen

Ich habe erkannt, dass Kinder – auch Tiere –, weil sie so offen sind, weitgehend vom Bewusstsein der Erwachsenen in ihrer Umgebung beeinflusst werden. Wenn du also mit Kindern oder Haustieren arbeitest, dann verwende die Affirmationen sowohl für sie als auch zur Bewusstseinsklärung der Eltern, Lehrer, Verwandten usw., die sie umgeben und möglicherweise beeinflussen.

Denke daran: das Wort metaphysisch* bedeutet »über das Physische, Körperliche hinausgehend«, d.h. die mentale Ursache körperlicher Beschwerden. Wenn du beispielsweise als Klient zu mir kämst und über Verstopfungen klagtest, wüsste ich, dass du irgendwie an Begrenzung und Mangel glaubst. Deshalb fürchtest du dich im Denken, etwas loszulassen, aus Angst, es nicht ersetzen zu können. Es könnte auch bedeuten, dass du an alten, schmerzlichen Erinnerungen aus der Vergangenheit festhältst und deshalb nicht loslässt. Vielleicht hast du Angst, Beziehungen loszulassen, die dich nicht mehr stützen, oder eine Arbeitsstelle, die dich nicht erfüllt, oder irgendetwas aus deinem Besitz, das du nicht mehr brauchen kannst. Vielleicht bist du sogar mit dem Geld knauserig. Deine körperliche Symptomatik würde mir also zahlreiche Hinweise auf mögliche Denkmuster in dir geben.

Ich würde dann versuchen, dir zu erklären, dass eine geschlossene Faust und ein verschlossenes Denken nichts Neues mehr aufnehmen können. Ich würde dir helfen, mehr Vertrauen zu entwickeln, dass das Universum (die Kraft, die dir Atem gibt) für dich sorgt, und dass du mit den Rhythmen des Lebens fließen kannst. Ich würde dir helfen, deine Angst-muster aufzulösen, und dir zeigen, wie du einen neuen Zyklus guter Erlebnisse erschaffen kannst, indem du dein Denken anders einsetzt als bisher. Ich könnte dich auffordern, nach Hause zu gehen und deine Wandschränke zu durchforsten und alles fortzugeben, was du nicht mehr brauchst, um Raum zu schaffen für Neues. Und während du das tust, solltest du dir sagen: »Ich lasse das Alte los und schaffe Platz für das Neue.« Das ist einfach, aber wirkungsvoll. Und wenn du das Prinzip des Loslassens und Lösens verstanden hast, dann erledigt sich die Verstopfung – eine Form des Festhaltens und Festklammerns –, von selbst. Dein Körper würde frei loslassen, was für ihn auf normale Weise nicht mehr von Nutzen ist.

Vielleicht ist dir aufgefallen, wie häufig ich von den Begriffen Liebe, Frieden, Freude und Selbstbestätigung Gebrauch gemacht habe. Wenn wir wirklich von dem Ort der Liebe in unserem Herzen aus leben können, uns akzeptieren und darauf vertrauen, dass die göttliche Macht für uns sorgt, dann werden Frieden und Freude unser Leben erfüllen, und dann werden Krankheit und unangenehme Erfahrungen uns nicht mehr begegnen. Unser Ziel ist, ein glückliches, gesundes Leben zu führen und uns mit uns selbst in guter, erfreulicher Gesellschaft zu wissen. Liebe löst Wut auf, Liebe löst Groll auf, Liebe zerstreut Angst, Liebe schafft Sicherheit. Wenn du von einer uneingeschränkten Liebe zu dir selbst ausgehen kannst, dann muss alles in deinem Leben mit Leichtigkeit und Harmonie fließen, in Gesundheit, Wohlstand und Freude.

Eine gute Möglichkeit, dieses Buch zu benutzen, wenn du ein körperliches Problem hast, ist folgende:

1. Schlage die mentale Ursache nach. Prüfe, ob sie bei dir zutreffen könnte. Falls nicht, dann nimm dir etwas Zeit und Stille und frage dich: »Welche Gedanken könnten es sein, die diesen Zustand bewirkt haben?«
2. Wiederhole für dich (wenn möglich, laut): »Ich bin willens, das Muster in meinem Bewusstsein loszulassen, das diesen Zustand herbeigeführt hat.«
3. Wiederhole das neue Denkmuster mehrere Male für dich.

4. Gehe davon aus, dass du dich bereits im Heilwerdungsprozess befindest. Immer, wenn du an dein Leiden denkst, wiederholst du diese Schritte 2–4.

Die folgende Meditation täglich zu lesen ist hilfreich, denn sie fördert ein Gesundheitsbewusstsein – und damit einen gesunden Körper.

* Der Untertitel der amerikanischen Originalausgabe enthält das Wort metaphysical, das im deutschen Titel mit »ganzheitlich« übersetzt wurde.

Behandlung durch Liebe

Tief in der Mitte meines Wesens sprudelt ein unendlicher Quell der Liebe. Ich erlaube nun, dass diese Liebe zur Oberfläche emporwallt. Sie erfüllt mein Herz, meinen Körper und mein Denken, mein Bewusstsein und mein innerstes Sein, und sie strahlt von mir aus in alle Richtungen, um mit vermehrter Kraft zurückzukehren. Je mehr Liebe ich übe und gebe, desto mehr habe ich zu geben; der Nachschub ist grenzenlos. Wenn ich Liebe übe, fühle ich mich wohl; das ist ein Ausdruck meiner inneren Freude. Ich liebe mich, und deshalb Sorge ich liebevoll für meinen Körper. Liebevoll ernähre ich ihn mit guten Speisen und Getränken, pflege und kleide ihn liebevoll. Mein Körper dankt mir dafür mit Liebe, strahlender Gesundheit, Vitalität und Energie. Ich liebe mich, deshalb bereite ich mir ein behagliches Zuhause, das alle meine Bedürfnisse erfüllt und wo mir der Aufenthalt ein Vergnügen ist. Ich durchtränke alle Räume mit Schwingungen der Liebe, so dass alle, die sie betreten – auch ich selbst – diese Liebe spüren und sich von ihr gestärkt fühlen werden.

Ich liebe mich, deshalb arbeite ich an einem Platz, wo ich die Arbeit wirklich genieße, wo meine schöpferischen Begabungen und Fähigkeiten zum Einsatz kommen. Ich arbeite mit und für Menschen, die ich liebe, und die mich lieben, und ich verdiene damit ein gutes Einkommen. Ich liebe mich; deshalb verhalte ich mich liebevoll gegenüber allen Menschen und denke liebevoll an sie, denn ich weiß, dass alles, was ich gebe, vermehrt zu mir zurückkehren wird. Ich ziehe in meine Welt nur liebevolle Menschen an, denn sie sind ein Spiegel dessen, was ich bin. Ich liebe mich; deshalb vergebe ich und löse mich völlig von der Vergangenheit und allen Erlebnissen in der Vergangenheit, und ich bin frei. Ich liebe mich, deshalb lebe ich täglich im Jetzt und erlebe jeden Augenblick als gut. Ich weiß, dass meine Zukunft licht, freudvoll und sicher ist, denn ich bin ein geliebtes Kind des Universums, und das Universum sorgt liebevoll für mich, jetzt und immerdar. Und so ist es.

Ich liebe Euch.

Die Botschaft von L. Hay lautet: »Wenn wir bereit sind, mental an uns zu arbeiten, ist fast alles heilbar.« Die Autorin hat selbst sehr viel Erfahrung mit den Denkmustern, die zu körperlichen Erkrankungen führen – auch durch ihre eigene Heilung von Krebs. Bei ihren zahlreichen Vorträgen, Workshops, Kursen und Übungsprogrammen bietet Louise Hay praktische Schritte zur Auflösung von Ängsten und anderen Faktoren an, die Krankheiten verursachen. Sie sieht ihre Lebensaufgabe darin, anderen zu helfen, das ganze Potential ihrer eigenen, schöpferischen Kräfte zu entdecken und nutzen zu lernen.

Gottes Wort, (aus alten Büchern)

Wenn ihr Meinen Worten glaubt, werde Ich euch Meine starken Nerven geben. Alle Krankheit hat ihre Ursache in der Seele und kommt über die Nerven in die Organe des Leibes.

Wenn ihr Meinen Worten glaubt, werde Ich euch Meine starken Nerven geben.

Habt ihr nicht im Glauben geistig Mein Fleisch und Mein Blut in euch aufgenommen? Mein Gotteswort ist euer Brot, und Meine Liebelehre ist euer Leben. So erkennt auch den Sinn Meines Opfers: Mein Blut bewahrt euch vor der Sünde. Mein Fleisch - das Heilige Wort - schützt euch vor jeder Krankheit. Diese Wahrheit könnt ihr nur im kindlichen Glauben annehmen. Selig seid ihr, so ihr es tut. Meine Demut - Mein demütiges Blut - heilt euren Hochmut. Mein demütiges Blut - heilt euren Hochmut. Ihr seid stets dem Hochmut ausgesetzt, eins wie das andere. Aber Ich, euer Jesus, heile euren Hochmut. Meine starken, vollkommenen Nerven heilen eure schwachen Nerven. Nehmt es im Glauben an, Meine Kinder.

«Schwermut» häufige Ursache von Krankheiten: siehe «Gnadenworte»