

Catherine Ponder

Die dynamischen Gesetze der Heilung

Aus dem Englischen von Ulla Rahn-Huber



GOLDMANN
ARKANA

Buch

Physische und seelische Probleme haben ihre Ursachen in problematischen mentalen Einstellungen. Catherine Ponder analysiert die Gesetzmäßigkeiten, nach denen sich Krankheiten einstellen und Heilung möglich ist, und sie berichtet anhand vieler Beispiele aus ihrer reichen Erfahrung, wie Menschen »gute« Gedanken einsetzten und ihr gesamtes Lebensmuster zum Besseren wandelten.

Die Fähigkeit, durch die richtigen Gedanken Gesundheit zu erzeugen, ist der Menschheit seit uralter Zeit vertraut, und jeder hat sie. Deshalb braucht auch niemand diese Gesetze neu zu lernen; er muss sich ihrer nur erinnern und Vertrauen gewinnen in die eigene inhärente Heilkraft.

Hierzu ermutigt Catherine Ponder mit ihrem Klassiker des mentalen Heilens. Die Art und Weise, wie sie ihre Leser motiviert und das mentale Heilen mit vielen Fallbeispielen anschaulich macht, hat sie zu einer der meistgelesenen und angesehensten Autorinnen auf dem Gebiet der Lebenshilfe gemacht.

Autorin

Catherine Ponder ist eine der bedeutendsten Lebenshilfe-Autorinnen Amerikas. Sie ist Geistliche der überkonfessionellen Unity-Bewegung und als Wegbereiterin des Positiven Denkens bekannt – vielfach hat man sie als den weiblichen Norman Vincent Peale bezeichnet. Seit 1956 engagiert sie sich für die Ziele der Unity-Kirche und gründete zu Beginn der 80er Jahre die konfessionell nicht gebundene Unity Church Worldwide, die ihren Hauptsitz in Palm Desert, Kalifornien, hat.

Von Catherine Ponder sind bei Goldmann außerdem erschienen:

- Die dynamischen Gesetze des Reichtums (11879)
- Die Heilungsgeheimnisse der Jahrhunderte (11880)
- Bete und werde reich (11881)

Inhalt

Einleitung: Sie haben die Kraft zu heilen!

Eine besondere Botschaft der Autorin 11

Das Heilungsgeheimnis der Jahrhunderte. Wie diese Gesetze entstanden sind. Der erste Schritt zur Heilung. Wie diese Gesetze anderen geholfen haben.

1. Die schockierende Wahrheit über die Heilung 21

Die Ursache von Krankheit. Gedankenkraft in jeder Zelle. Der Körper ist keine feste Materie. Warum auch negativ denkende Menschen gesund sein können. Wie Heilkräfte freigesetzt werden können. Heilung ist Gottes Wille. Was Religion mit Gesundheit zu tun hat. Güte hat nichts damit zu tun. Abstruse Irrmeinungen über das Kranksein. Gesundheit und Erlösung sind ein und dasselbe. Der Unterschied zwischen Heilen und Kurieren. Warum so viele Menschen verunsichert sind. Die alten Hebräer kannten das Geheimnis. Krankheitserreger: eine Folge von Krankheit. Unser persönlicher »Draht« zur Heilung.

2. Das Heilungsgesetz der Verleugnung 42

Krankheit ist selbst verursacht. Der Mensch geht am Baum des Lebens vorbei. Das erste Heilungsgesetz. Die praktische Arbeit mit der Kraft der Verleugnung. Wie eine werdende Mutter ihre Morgenübelkeit überwand. Jeder muss Verleugnung üben. Affirmationen können die Verleugnung nicht ersetzen. Wann Affirmationen nicht heilen können. Auf ein nachdrückliches Nein kommt es an. Wie sich ein Herzleiden mit der Kraft der Verleug-

nung heilen ließ. Wie Verleugnung anderen geholfen hat. Eine Krebsheilung. Die heilende Kraft des Schweigens. Das Prinzip der Verleugnung ist nicht neu. Wie Sie Ihr Kreuz zur Krone machen.

3. *Das Heilungsgesetz der Vergebung* 65

Heimlicher Hass kann Krebs auslösen. Mit negativen Emotionen werden Krankheiten verankert. Zu verzeihen ist nichts Unangenehmes. So können Sie vergeben. Wie Vergebung einer Hausfrau zu Gesundheit und Wohlstand verhalf. Das Heilungsgeheimnis eines Millionärs. Ein Gewebeknoten löst sich durch Vergebung auf. Die emotionalen Bindungskräfte von Hass. Die magnetische Wirkung von Hass. Eine Anleitung zur Vergebung. Wenn das Gute auf sich warten lässt. Wenn das gleiche Problem immer wieder auftaucht. Eine sichere Heilmethode. Wie wir Vergebung von anderen erlangen. Vergeben durch Aufgeben. Eine dynamische Bitte um Vergebung.

4. *Das Heilungsgesetz des Loslassens* 88

Wie zwei Ehepartner durch dieses Gesetz Heilung erfuhren. Die transformierende Kraft des Loslassens. Wie Leukämie durch Loslassen geheilt wurde. Ein Rosenkrieg wird durch die Kraft des Loslassens beigelegt. Loslassen verhilft zum richtigen Job. Die Probleme lösende Kraft des Loslassens in zwischenmenschlichen Beziehungen. Wie Freiheit ein Wendepunkt hin zu Glück, Erfolg und Heilung werden kann. Sterbende aus Bindungen entlassen. Loszulassen kann der Schlüssel zur Genesung sein. Wie man sich von besitzergreifenden Menschen befreit. Verstorbene loszulassen löst Ehe- und Finanzprobleme. Das Prinzip des Loslassens ist nicht neu. Die magnetische Kraft des Loslassens.

5. *Das Heilungsgesetz der Affirmation* 111

Wie Tuberkulose durch Affirmationen geheilt wurde. Meine persönlichen Heilungserfahrungen mit Affirmationen. Affirmationen

helfen, die Wechseljahre zu meistern. Zahnschmerzen verschwinden. Eine erfolgreiche Raucherentwöhnung. Ein Schiffskapitän bezwingt seine Alkoholsucht. Wie anderen durch Affirmationen geholfen wurde. Eine alte Lehre und ihr heutiger Nutzen. Heilung durch das geschriebene Wort. Zur praktischen Arbeit mit Affirmationen.

6. *Das Heilungsgesetz von Lob und Dank* 134
Warum Dankbarkeit so heilsam ist. Die heilende Kraft des Singens und Lachens. Lachen ist die beste Medizin. Dankbarkeit heilt Groll. Dankbarkeit führt zum Erfolg. Die aktivierende Kraft des Lobpreises. Lob und Dank als Balsam für den geplagten Geldbeutel. Kritik ist ein Lobgesang auf das Negative. Dauerhafte Heilung braucht manchmal ihre Zeit.

7. *Das Heilungsgesetz der Liebe* 157
Liebe heilt eine schmerzhafteste Schleimbeutelentzündung. Liebe ist eine Geisteskraft. Liebe heilt hohes Fieber und ein Herzleiden. Wie sich Liebe erwecken lässt. Liebe heilt Arthritis. Liebe – eine Voraussetzung für die psychosomatische Behandlung. Wie sich mit der Kraft der Liebe Heilung bewirken lässt. Was ein Gebetskreis über die Liebe herausgefunden hat. Das Erfolgsrezept eines Geschäftsmannes.

8. *Das Heilungsgesetz des Wunders* 178
Heilung eines russischen Immigranten. Das Geheimnis einer großartigen Leistung. Wie ein »unheilbar« Kranker Genesung erfährt. Eine Krebsheilung. Wie sich die Kraftquelle anzapfen lässt. Anleitung zum Wunderwirken. Was das Christusbewusstsein bewirken kann. Wie größere und kleinere Heilungserfolge möglich wurden. Lähmung, Rheuma und Herzbeschwerden geheilt. Wie sich Ihr Dasein in ruhige Bahnen lenken lässt. Die Erfolgskraft einer magischen Formel.

9. *Das Heilungsgesetz von der Kraft des »ICH BIN«* ... 199
Auch Sie können Moses' magischen Spruch für sich nutzen! Die erlösende Kraft dieser Worte. Wie sich mit der geheimen Kraft des »ICH BIN« Erstaunliches bewirken lässt. Eine Anleitung zu Heilung, Erfolg und Glück. Wie sich alle Schwierigkeiten überwinden lassen. Wie eine Universitätsdekanin von einem Nervenzusammenbruch genas. Die Erfolgskraft der Geheimformel. Meine eigenen Erfahrungen mit den vergessenen magischen Worten. Wie sich die kreative Kraft des Universums nutzen lässt, für die nichts unmöglich ist!

10. *Das Heilungsgesetz der Imagination* 217
Die fantastische Kraft der Imagination. Wie die Vorstellungskraft heilt. Eine unglaubliche Heilmethode. Eine über siebzigjährige Frau heilt sich selbst. Die Technik ist alles andere als neu. Wie der krumme Rücken eines Prinzen wieder gerade wurde. Intensität ist das Geheimnis. Die Lösung für Infektion, Zigarettenabhängigkeit und Gewichtsprobleme. Vorsicht vor schädlichen Bildern. Das Löschen von Krankheitsbildern bringt Heilung. Wie Charles Fillmore sein Leben möglicherweise um 40 Jahre verlängert hat. Beschleunigen Sie Ihre Genesung!

11. *Das mystische Heilungsgesetz* 239
Wie diese Methode funktioniert. Ein junger Arzt weist die Wirksamkeit dieser Methode nach. *Erstens*: Wie sich der erregbare Typ erreichen lässt. Wie es mir gelang, eine Schuld einzutreiben. *Zweitens*: Wie sich der bittersüße Typ erreichen lässt. Wie ein geschiedener Mann seine Frau zurückerobern konnte. *Drittens*: Wie sich der unabhängige, intellektuelle Typ erreichen lässt. Wie sich ein Mann erfolgreich einen Platz im »Familienclan« seiner Frau erobern konnte. *Viertens*: Wie sich der übereifrige, streitbare Typ erreichen lässt. Wie ein rauer Umgangston abgemildert werden konnte. *Fünftens*: Wie sich der ängstliche, körperfixierte Typ er-

reichen lässt. Wie eine langwierige geschäftliche Angelegenheit zum Abschluss gebracht werden konnte. *Sechstens*: Wie sich der aufopfernde Typ erreichen lässt. Wie sich disharmonische Zustände in einer gemeinnützigen Institution überwinden ließen. *Siebtens*: Wie sich der Typ des unsteten Wanderers erreichen lässt. Die Bedeutung von Geduld und Diskretion. Das Anrufen des eigenen Schutzengels. Weitere spezifische Engel, die Ihnen helfen können.

12. Die Heilungskrise – ein Reinigungsprozess 264
Die richtige Geisteshaltung beeinflusst die Körperchemie. Wie Sie Heilungskrisen erfolgreich meistern. Die segensreiche Wirkung der Heilungskrise. Ein Reinigungsprozess mit überraschenden Wendungen. Wie häufig Heilungskrisen auftreten. *Erster Schritt im Heilungsprozess*: Sättigung. *Zweiter Schritt im Heilungsprozess*: Aufruhr. Wie sich eine Dreiecksbeziehung im Verlauf der Heilungskrise löste. *Dritter Schritt im Heilungsprozess*: Stille. *Vierter Schritt im Heilungsprozess*: Erfüllung.

13. Von der heilenden Wirkung des Gebens 283
Geiz macht krank. Die Quelle der Gesundheit. Geben, um gesund zu werden. Geben, auch wenn das Geld knapp ist. Unser Glaube ist, wo unser Geld hinfließt. Wahlloses Geben hält das Gute fern. Die innere Haltung zählt genauso wie die Gabe selbst. Bitten Sie trotzdem um Hilfe. Gaben an Bedingungen zu knüpfen ist schädlich. Weitere Möglichkeiten, durch Freigebigkeit Heilung zu erfahren.

Fazit: Noch eine letzte Frage der Autorin: 301
Können Sie Ihre heilende Kraft annehmen?

Einleitung

Sie haben die Kraft zu heilen!

Eine besondere Botschaft der Autorin

Eines der größten Geheimnisse des menschlichen Daseins ist, dass jeder von uns über heilende Kräfte verfügt.

Womöglich meinen Sie, heilen zu können sei eine spezielle Begabung, die ganz bestimmten Menschen vorbehalten bliebe – etwa spirituell hoch entwickelten Persönlichkeiten oder besonders begabten Vertretern der medizinischen, psychiatrischen oder chiropraktischen Zunft. Vielleicht denken Sie, zu heilen sei etwas Mysteriöses, wenn nicht gar Mystisches. Über die Jahrhunderte hinweg haftete dem Wort »Heilung« stets ein Hauch von Aberglauben und absonderlichen Praktiken an.

In jüngster Zeit wurde immer wieder von Heilungen berichtet, die durch die Renaissance alter biblischer Praktiken wie der des Betens oder Handauflegens, durch spezielle Glaubensriten oder Heilgottesdienste bewirkt werden konnten. Auch ist häufig von pharmazeutischen Wundermitteln und großartigen wissenschaftlichen Fortschritten im Bereich von Medizin und Psychiatrie die Rede.

Doch auf welchem Wege auch immer Genesung bewirkt wird, stets gilt der Satz: »Gott schütze und segne dich!«, denn jede Form der Heilung ist eine Heilung im Glauben.

Heilung kommt immer von Gott. Als kürzlich eine Patientin ihrem Arzt eröffnete, sie hätte wohl soeben eine Form von geistiger Heilung erfahren, erwiderte dieser lächelnd: »Gibt es etwa noch eine andere Art von Heilung?«

Das Heilungsgeheimnis der Jahrhunderte

Ungeachtet aller Aufklärung der jüngsten Zeit gehen viele Menschen immer noch davon aus, dass ihre Gesundheit von irgendeiner äußeren Quelle komme und von einem spirituellen, psychiatrischen, medizinischen oder chiropraktischen Fachmann vermittelt werden müsse. Sie lassen sich nicht von dieser Meinung abbringen, auch wenn der Spezialist selbst sie darauf hinweist, dass jegliche Behandlung letztlich darauf abzielt, eine Heilung *von innen heraus* zu bewirken.

Die meisten verschließen ihre Augen immer noch vor dem Heilungsgeheimnis der Jahrhunderte – dass nämlich Heilung eine innere Angelegenheit ist, und zwar sowohl im mentalen wie im physischen Bereich. Wie erfolgreich eine Behandlung im akuten Krankheitsfall auch sein mag, oft treten die Symptome immer und immer wieder auf, weil der Betreffende nicht bis zur *Ursache* seines Leidens vorgedrungen ist – zu seinen schädlichen Gedanken und Gefühlen in Bezug auf sich selbst, andere Menschen, den Schöpfer und die Welt, in der er lebt. Solche negativen Gedanken drosseln die Lebenskraft in ihm und beeinträchtigen sein Wohlbefinden.

Interessanterweise bedeutet der Begriff »krank« so viel

wie »böse, falsch, unangenehm, unpassend«, denn in der Tat sind es die sich in unserem Inneren manifestierenden bösen, falschen, unangenehmen, unpassenden Gedanken und Gefühle, die unserer Gesundheit so sehr schaden. Der griechische Arzt Hippokrates, der als Vater der modernen Medizin in die Geschichte eingegangen ist, schrieb um 400 v. Chr.: »Die Menschen sollten wissen, dass jede Form von Freude, Lachen und Spaß ebenso wie Sorgen, Schmerzen, Trauer und Ängste im Kopf und nur im Kopf allein entstehen.« Einer Geheimlehre der alten Ägypter zufolge sind körperliche Schmerzen das Ergebnis schmerzlicher Gedanken. Für viele Menschen scheint diese Erkenntnis immer noch ein ungelüftetes Geheimnis zu sein.

Wie diese Gesetze entstanden sind

In diesem Buch möchte ich Ihnen einige der Heilungsgesetze vorstellen, die sich mit der *Ursache* kranker Gedanken und Gefühle befassen. Statt lediglich die Hintergründe von Symptomen zu analysieren, erfahren Sie, wie Sie tief in Ihrem Inneren die richtigen Gedanken und Gefühle »auslösen« und ebenjene grundlegende Veränderung Ihrer Gedankenmuster bewirken können, die Genesung verspricht.

Diese Heilungsgesetze waren in bestimmten Kreisen seit jeher bekannt und wurden dort auch praktisch angewandt. Oftmals waren sie Bestandteil geheimer Lehren, wenngleich in jüngster Zeit eine zunehmende Öffnung dafür gesorgt hat, dass sie Niederschlag in den unterschiedlichsten Heilkünsten finden konnten. Dennoch basiert ihre Verbrei-

tung und Anwendung ausschließlich auf empirischen Erkenntnissen und ist allenfalls als sporadisch zu bezeichnen.

Als ich vor einigen Jahrzehnten mein Kirchenamt übernahm, erkannte ich schon bald, dass ich – wie dereinst die Priester-Ärzte des Altertums – die Heilungsgesetze kennen musste, um den mir anvertrauten Menschen helfen zu können.

Ein Gefühl der Unsicherheit im Hinblick auf die genaue Natur dieser Heilungsgesetze ließ mich beten: »Lieber Gott, du hast mich in dieses Amt berufen. Wenn du willst, dass ich den damit verbundenen heilerischen Aufgaben gerecht werde, dann gib mir bitte Einblick in die Gesetze des Heilens. Offenbare sie mir auf eine so leicht verständliche Weise, dass ich sie allen Menschen vermitteln kann.« Dieses Buch ist die Antwort auf mein Gebet. Es ist das Ergebnis vieler Offenbarungen, Beobachtungen und Erkenntnisse, die mir in dieser Zeit zuteilwurden. Ich empfehle auch die Lektüre meiner begleitenden Bücher *Das Wohlstandsgeheimnis aller Zeiten* (Verlag Das Besondere, Berg am Starnberger See, 1982) und *Die Heilungsgeheimnisse der Jahrhunderte* (Goldmann, 1992), in denen ebenfalls zahlreiche Heilungsgeheimnisse vorgestellt werden.

Ich habe festgestellt, dass Heilung in unser aller Leben permanent auf einfache und doch scheinbar wundersame Weise geschieht; dass jeder Mensch über heilende Kräfte verfügen könnte, wenn er sich dessen nur bewusst wäre! Wer diese Fähigkeit in sich entdeckt, wird sich womöglich scheuen, über seine Erfahrungen zu sprechen, weil diese Art von Heilung im Allgemeinen als sonderbare Gabe abgetan wird, die nur »merkwürdigen« Menschen zuteilwird.

In diesem Buch wird geschildert, wie Menschen verschiedenster Nationalitäten und Glaubensrichtungen mit den unterschiedlichsten Lebensläufen geheilt wurden. Ich habe ihre Geschichten so wiedergegeben, wie sie mir anvertraut worden sind und wie sie sich *aus der Sicht der Betroffenen* darstellen. Manchmal stellte sich die Heilung in Verbindung mit spiritueller, medizinischer, chiropraktischer oder psychiatrischer Hilfe ein. Manchmal aber auch nicht. Wie dem auch sei – die Menschen, von denen hier die Rede ist, haben erkannt, dass sie über heilende Kräfte verfügen; und dass sich diese leichter »aktivieren« lassen, als man es gemeinhin für möglich hält.

Während ich mir ihre Schilderungen anhörte, erkannte ich Mal um Mal, dass die Genesung durch die Anwendung bestimmter mentaler und spiritueller Gesetze bewirkt wurde. Diese Gesetze werden in diesem Buch nacheinander beschrieben. Sie lassen sich von jedem Menschen und in Verbindung mit anderen verfügbaren Hilfsmöglichkeiten nutzen.

Der erste Schritt zur Heilung

Lassen Sie uns als ersten Schritt hin zur Heilung den Titel dieses Buches analysieren: *Die dynamischen Gesetze des Heilens*.

Das Wort »dynamisch« geht auf dieselbe Wurzel zurück wie der Begriff »Dynamit«. Was dynamisch ist, ist macht- und kraftvoll, steckt voller Energie und bewirkt Veränderung. Oder, um es mit den Worten des Börsenmaklers zu

sagen, dem mein erstes Buch *Die dynamischen Gesetze des Reichtums* (Goldmann, 1992) seinen Titel verdankt: Dynamisch ist, was unsere eingefahrenen Bahnen zu sprengen vermag.

Ein Gesetz ist ein wirkendes Prinzip. Sir William Blackstone, ein bekannter Rechtsgelehrter, definierte vor über zweihundert Jahren ein »Gesetz« als eine allgemein vereinbarte Handlungsregel. Das Wort »Gesetz« beinhaltet für gewöhnlich einen Wunsch nach Ordnung. Und wer krank ist, braucht genau das: *Ordnung* in seinen Gedanken und Emotionen, seinem Körper und seinem Leben.

Wer würde dem brillanten Naturwissenschaftler Sir Isaac Newton widersprechen, wenn er sagt, dass die physische Welt auf einem ineinandergreifenden Komplex von Naturgesetzen beruhe. Aber gehen wir noch einen Schritt weiter: Neben den allgemein bekannten Gesetzen auf der physischen Daseinsebene gibt es eine Reihe höherer mentaler und spiritueller Gesetze. Jesus wusste um ihre Existenz und setzte sie ständig ein. Sie sind so mächtig, dass sich die Naturgesetze damit potenzieren, neutralisieren oder gar ins Gegenteil verkehren lassen. Und sobald sie vermittels menschlicher Gedankenkraft in Aktion gesetzt werden, können ebenjene Dinge geschehen, die uns auf der physischen Ebene wie ein Wunder vorkommen. Dann wird das »Unmögliche« möglich, das »Unheilbare« wird heilbar, und die Wunderheilung geschieht.

Wie Platon die griechische Ärzteschaft seiner Zeit lehrte, ist mit dem Wort »Gesundheit« ein Zustand der *Ganzheit* gemeint, *in dem sämtliche Aspekte des Seins – der geistige, der seelische, der körperliche ebenso wie der lebenspraktische – von*

Kraft und Wohlbefinden durchdrungen sind. In diesem Sinne gehören eine geregelte finanzielle Lage, harmonische mitmenschliche Beziehungen und ein positives spirituelles Weltbild zum Gesundsein mit dazu.

Nehmen wir Zugriff auf diese dynamischen Gesetze des Heilens, können sie bewirken, was ihr Name schon sagt: kraftvolle, dynamische Veränderungen, die einen ordnenden Effekt auf den Geist, den Körper und das Dasein des Menschen haben. Ein neuer Zustand der Ganzheit kann sich einstellen. Und ist dieser erst einmal erreicht, geben uns die Gesetze zudem ein vorzügliches Instrumentarium zur Krankheitsvorbeugung in die Hände.

Dieser Ansatz kann Ihnen nicht nur helfen, Ganzheit in Ihrem eigenen Inneren herzustellen; Sie können damit auch das Gesundheitsbewusstsein anderer Menschen stärken.

Wie diese Gesetze anderen geholfen haben

Ein Arzt berichtete mir einmal, dass es für viele seiner Patienten ein heilsames Schockerlebnis war, die Wahrheit über Gott, den Menschen und das Universum zu erfahren – ein Schock, der sie veranlasste, alte negative Gedankenmuster loszulassen und sich für ein neues, vitaleres Leben zu entscheiden. Die unglaublichen Wahrheiten, um die es da geht, werden in Kapitel 1 dieses Buches beschrieben.

Ein Geschäftsmann wurde von einer lebensbedrohlichen Herzkrankheit geheilt, als er das in Kapitel 2 beschriebene Heilungsgesetz der Verleugnung anwandte. Eine Hausfrau konnte auf die gleiche Weise ihren Mann von seinem Krebs

heilen, nachdem dieser als hoffnungsloser Fall aus dem Krankenhaus entlassen worden war. Statt zu sterben, wurde er gesund.

Nachdem eine Hausfrau völlig überraschend einen Knoten in ihrer Brust entdeckt hatte, fühlte sie sich instinktiv dazu berufen, das Heilungsgesetz der Vergebung für sich anzuwenden (Kapitel 3). Einen Monat später war sie ein zweites Mal überrascht: als sie feststellte, dass der Knoten verschwunden war. Sie hat nicht gemerkt, wann dies geschehen war.

Eine Hausfrau wurde von Leukämie geheilt, nachdem sie das Heilungsgesetz des Loslassens (Kapitel 4) praktiziert hatte. Eine Frau mittleren Alters meisterte erfolgreich ihre Wechseljahrsbeschwerden und ging gestärkt aus dieser Phase der Veränderung hervor; ein Geschäftsmann gab das Rauchen auf; ein pensionierter Schiffskapitän befreite sich von seiner Alkoholsucht – und all dies dank des Heilungsgesetzes der Affirmation (Kapitel 5).

Mit Hilfe des Heilungsgesetzes der Liebe genas eine ältere Frau vollständig von einer schmerzhaften, »unheilbaren« Arthritis (Kapitel 7). Ein Geschäftsmann wurde von einer Lähmung, ein weiterer von Rheuma und Herzbeschwerden geheilt, nachdem beide auf das Heilungsgesetz des Wunders zurückgegriffen hatten (Kapitel 8). Eine Universitätsdekanin erholte sich dank des Heilungsgesetzes von der Kraft des »ICH BIN« von einem Nervenzusammenbruch (Kapitel 9). Eine »unheilbare« Hauterkrankung verschwand, nachdem ein Mädchen und seine Mutter mit dem Heilungsgesetz der Imagination gearbeitet hatten (Kapitel 10).

Die Reihe der glücklichen Wendungen ließe sich beliebig fortsetzen. Doch lieber möchte ich Sie einladen, gleich weiterzublättern, denn auf den folgenden Seiten erfahren Sie alles über die verschiedenen Gesetze der Heilung und die positiven Wirkungen, die sich damit erzielen lassen.

Sie können also gleich anfangen zu lernen, wie sich die dynamischen Gesetze nutzen lassen, um selbst zu mehr Ganzheit zu gelangen.

Catherine Ponder
P. O. Drawer 1278
Palm Desert, California 92261
USA

Kapitel 1: Die schockierende Wahrheit über die Heilung

Auch wenn es Sie schockieren mag: Sie tragen die Kraft zur Heilung *in sich selbst*. Liest man in der Enzyklopädie nach, findet man für den Begriff »gesund« Umschreibungen wie »ganz«, »wohl« und »kräftig«. Und ebenso sollten Sie sich jederzeit fühlen. Wenn nicht, können Sie dies ändern – und zwar *jetzt!*

Ohne dass wir uns dessen bewusst wären, sind in unserem Inneren unablässig heilende Kräfte am Werk. Sie reparieren Zellen, sorgen für den Abtransport von Schlackenstoffen, nähren das Gewebe und heilen Wunden.

Manchmal manifestiert sich das Wirken dieser Heilkräfte auf bemerkenswerte Weise, etwa wenn ein Mensch schwer erkrankt ist und man ihm kaum Überlebenschancen einräumt. Auf einmal aber verschwindet der Tumor, heilt die Wunde, bessern sich die Herzbeschwerden auf unerklärliche Weise. Es gibt wohl kaum einen besseren Beweis für die unübertrefflichen lebenserhaltenden Fähigkeiten des menschlichen Organismus!

Diese Selbstheilungskräfte sind nichts Außergewöhnliches, sondern ein natürlicher Bestandteil unserer Innenwelt. Vierundzwanzig Stunden am Tag überwachen sie die unglaublich komplexen Abläufe in unserem Körper. In je-

der einzelnen Zelle vollbringt der Super-Wissenschaftler in uns mühelos Leistungen, die zu reproduzieren selbst Chemikern von Weltruf nicht gelingt. Ein Großteil dieser Heilkräfte wirkt über die unwillkürlichen Funktionen unseres Unbewussten.

Wir können jedoch dafür sorgen, dass diese Kräfte ganz nach Bedarf verstärkt in uns freigesetzt werden, indem wir unsere Gedanken zielgerichtet und bewusst in unser Inneres lenken. Werden Bewusstsein und Unterbewusstsein von diesen Gedanken durchströmt, kehren wir wieder auf den Pfad der Genesung zurück.

Die Tatsache, dass wir über heilende Kräfte verfügen, die wir per Gedankenkraft willentlich aktivieren können, sollte uns jedoch nicht davon abhalten, auf die üblichen Behandlungsmethoden zurückzugreifen. Die in diesem Buch beschriebenen Gedanken und Ideen sind vielmehr als Ergänzung zu anderen Heilverfahren zu sehen, die in der Kombination allesamt zur Beschleunigung des Genesungsprozesses beitragen. Im sechzehnten Jahrhundert sagte der deutsche Arzt Paracelsus: »Die Heilkraft der Arzneien liegt oft weniger in dem Geist, der in ihnen steckt, als in der Geisteshaltung, mit der sie eingenommen werden.«

Die Ursache von Krankheit

Warum wir über heilende Kräfte verfügen, die wir bewusst einsetzen können? *Der Körper verfügt über eine höhere Form von innerer Weisheit, die auf Gesundheit und nicht auf Krankheit ausgerichtet ist.*

Die amerikanische Originalausgabe erschien 1966 unter dem Titel
»The Dynamic Laws of Healing«, eine überarbeitete und
ergänzte Ausgabe erschien 1985, jeweils bei DeVors & Company,
Publisher, Marina del Rey, CA, USA.



Mix
Produktgruppe aus vorbildlich
bewirtschafteten Wäldern und
anderen kontrollierten Herkünften

Zert.-Nr. SGS-COC-1940
www.fsc.org
© 1996 Forest Stewardship Council

Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100
Das für dieses Buch verwendete FSC-zertifizierte Papier
München Super liefert Mochenwangen.

1. Auflage

Deutsche Erstausgabe März 2007

© 2007 der deutschsprachigen Ausgabe

Wilhelm Goldmann Verlag, München

in der Verlagsgruppe Random House GmbH

© 1966, 1985 Catherine Ponder

Umschlaggestaltung: Design Team München

Umschlagfoto: getty-images/Bridgeman ArtLibrary

Redaktion: Roland Rottenfuß

WL · Herstellung: SC

Satz: Uhl + Massopust, Aalen

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-442-21772-4

www.goldmann-verlag.de



Catherine Ponder

Die dynamischen Gesetze der Heilung

Taschenbuch, Broschur, 304 Seiten, 12,5 x 18,3 cm
ISBN: 978-3-442-21772-4

Arkana

Erscheinungstermin: Februar 2007

Ein Klassiker der Anwendung Positiven Denkens für die eigene Gesundheit.

Heilung aufgrund einer positiven mentalen Einstellung ist kein Zufall, sondern erfolgt aufgrund von Gesetzmäßigkeiten. Catherine Ponder beschreibt diese Gesetze und analysiert die Ursachen von physischen und seelischen Problemen. Sie zeigt, wie man jene „guten“ Gedanken einsetzt, mit denen man sein gesamtes Lebensmuster zum Besseren wandelt.