

Inhaltsverzeichnis

Teil 1 Ausführliche Darstellung gesundheitlich relevanter Themen	5
Vorwort	5
Sei (k)ein Frosch!	11
Der Mensch, seine Gesundheit und die Gesellschaft	12
Exkurs: Bedürfnisse	13
Exkurs: Die Impflüge	32
Unsere Einstellung zur Krankheit	39
Der Energiekörper des Menschen	46
Die verschiedenen Schwingungen der Aura	46
Nadis und Chakras	46
Mitosestrahlung	47
Meridiane	47
Urenergie, Test der Urenergie	48
Stressrelease-Übung	50
Die verschiedenen Energieebenen unserer Existenz	51
Unser physischer Körper	55
Ebenen des Bewußtseins – kosmische Hierarchie	56
Das universale Gesetz	60
Die neuen 4 Gebote	60
Wer sind wir, und was können wir von unserem eigenen Körper lernen?	61
Energie-Ausgleichsübung	62
Grundlegende Probleme der heutigen Medizin	63
Auf dem Weg in ein bewußtes Leben	73
Die Frage der Religion	78
Meditationsübung: Die Besinnung auf das ursprüngliche; göttliche Brahman	84
Die Somatisierung von Engrammen	86
Exkurs: Mimikri	93
Exkurs: Das Hofhundsyndrom	93
Selbsthilfe-Übung gegen Engramme, unterschwellige Aggressionen und Suchtprobleme	95
Raumklima, Schmuck, Od und Voodoo	97
Übungen: Reinigungsmethoden zur Beseitigung von negativer Energie (negatives Od)	99
Exkurs: Voodoo	100

Elektromagnetische Felder, Strahlung und Akustik	107
Liste: Forschungsergebnisse Elektrosmog	110
Exkurs: Sonnenfleckenaktivitäten	114
Teil 2 Therapeutische Methoden	117
Grundlegende Gedanken für eine Erfolgs-Strategie und für die berufliche Lebensberatung	119
Übung: Hirntraining	126
Selbsterkenntnis	127
24 Schritte zur Selbsterkenntnis und zu einem erfüllten Leben in Gesundheit und Harmonie	129
8 Schritte zu Gesundheit und Vollkommenheit	131
Übung: Mit Pflanzen sprechen	133
Exkurs: Wilde Tiere sprechen mit uns!	139
Das Buch des Lebens	143
Gedankenkontrolle	144
Übung: Für die Freude!	149
Zusammenfassung: Der innere Wächter!	150
Ärger ist eine Krankheit!	152
Fünf gute Gründe, um sich nicht mehr zu ärgern	155
Partnertraining: Mensch ärgere Dich nicht!	156
Heile Dich selbst!	158
Krankheitsdiagnose	159
Muskelreflexdiagnose – Kinesiologie	159
Heilmittel-Übersicht	160
So erkennen Sie Krankheitsursachen und lösen das Problem	163
Vorschläge für ein Neues Gesundheitsgesetz	164
Suggestionstechniken, 1. Suggestion	165
2. Autogenes Training (AT)	166
3. Psychokybernetik (PK)	167
4.. Hypnose	169
Rückführung und Reinkarnationstherapie	171
Exkurs: Das Leben nach dem Tod	177
Exkurs: Besessenheit	180
Energiemuster vom Energiekokon des Menschen	182
Die beiden Eremiten	183
Channeling: Beratung aus der geistigen Welt	184
Eine Licht-Atemübung von Horus	187

Die Kraft der Entscheidung	197
Exkurs: Es gibt keine feste Materie!	198
Psychotherapie	199
Die Entwicklungsstufen des Menschen	201
Partner-Bewußtseinstraining	205
Selbstwertgefühl und soziales Umfeld	207
Die Gestalttherapie	209
Biorhythmus	211
Die Transaktionsanalyse	213
Das Grundkonzept der Transaktions-Analyse	217
Übersicht 1: Gefühlsmasken (Ersatzgefühle)	217
Übersicht 2: Spiele des Lebens	218
Übersicht 3: Einschärfungen	225
Persönlichkeitstest: Das Selbstwertgefühl	227
Übung: Sonnenkraft tanken	228
Exkurs: Leben ist Licht	229
Scientology, Psychiater und Psychoanalytiker	232
Exkurs: Die Welt der Gefühle nach L. Ron Hubbard	234
Partnertraining: Realitätsbewußtsein	236
Exkurs: Realitätstunnel	237
Die Plasmamassage	239
Das grundlegende Prinzip	242
Praxis Teil 1: Hand- und Fußreflexzonenmassage	245
Praxis Teil 2: Yoga – Lymphdrainage	253
Praxis Teil 3: Rückenmassage	256
Die Chakra-Heilung und die Muskelreflexdiagnose	260
Vorübung Kinesiologie	263
Kinesiologischer Test:	
Bestimmung der Hirnpriorität	265
Übung: Kreuzgang zur Integration der beiden Großhirnhälften	266
Die Chakra-Tests mit der Muskelreflexdiagnose	267
Übung: Stärkung eines Chakras	272
Die Stabilisierung eines Chakras	271
Stabilisierung der eigenen Chakras ohne Partner	274
Channelbotschaften zur Funktion der Chakras	275
Die Arbeit mit der Chakratabelle	281
Chakras und Drüsen	286
Das 7. Chakra, Hypophyse	286
Das 6. Chakra, Epiphyse	288

Das 5. Chakra, Schilddrüse	291
Das 4. Chakra, Thymusdrüse	294
Der Herzlotos (↴ Herz)	297
3. Chakra, Bauchspeicheldrüse (Pankreas), Nebennierenrinde, Leber und Milz	299
Das 2. Chakra, Ovarien und Hoden	301
Das 1. Chakra, Uterus und Prostata	305
Das 8. Chakra	310
Der Nutzen des Energytrainings (Kundalini Yoga)	312
ET - Atemkontrolle	313
ET - Körperübungen	314
ET - Meditationen	315
ET - Hand- und Armpositionen (Mudras)	317
ET - Das eigene Leben bewußt, selbstverantwortlich und diszipliniert führen	318
Alles was existiert, besteht aus Energie	318
Energytraining in der Meinung der Teilnehmer	319
Prana	321
ET - Die tägliche Praxis	323
Energytraining und die Medizin	323
Yoga und Schlaf	325
Energytraining und Tantra	327
Eine veränderte Wahrnehmungsfähigkeit	328
Neue Übungen des Energytrainings, Übungsprogramm 1:	
Für ein starkes Energiefeld, gegen Spannungen und Angstzustände, gegen Einschlafprobleme	331
Vorübung für die Polarität des Körpers	331
Übungsprogramm 2:	
Die eigene Selbstsicherheit stärken	338
Übungsprogramm 3:	
Kurzes Intensivprogramm für Herz, Leber, Pankreas, Nieren und Milz	341
Übungsprogramm 4:	
Gebetsmudras für die stille Meditation	344
Übungsprogramm 5: Übungen zur Stärkung der Weiblichkeit und der Männlichkeit	349
ET - Einzelne Übungen für verschiedene Zwecke	355
Farblighttherapie	358

Teil 3 Ernährung, Naturheilprodukte und Umwelt

Die Ernährung	360
Exkurs: Vegetarisch leben	363
Exkurs: Zucker	364
Exkurs: Gemüsepreise	366
Exkurs: BSE	367
Ernährungs – Perspektiven	372
Exkurs: Fluor	375
Exkurs: Klimakatastrophe, 1. Ozonloch	376
Klimakatastrophe, 2. Treibhauseffekt	378
Exkurs: Umweltvernichtung durch Atom Müll	379
Die Vitaminversorgung	381
Forschungsergebnisse in Stichworten:	
Gesund mit Vitaminpräparaten	385
Vitamin C	390
Reinigungskur mit Vitamin C	391
Vitamin E	393
Vitamine: Medizinische Forschungsergebnisse	397
Vitaminforschung: Wissenschaftliche Beweise	400
Exkurs: Milch	406
Reinigungskur mit Vitaminen	408
Homöopathie	410
Übung: Die Herstellung homöopathischer Potenzen	412
Exkurs: Germanium und Selen	414
Homöopathische Germanium-Potenzen	416
Homöopathische Selen-Potenzen	416
Exkurs: Atomkraftwerke	417
Blütenessenzen	419
Praktikum: Die Herstellung der Blütenessenzen	420
Die Wirkung der Blütenessenzen von Dr. Bach	423
Die Blütenessenzen von D. Harald Alke	425
Aromatherapie	427
Die Wirkung ätherischer Öle	432
Für die Praxis: Mischungen ätherischer Öle	435
Wirkungstabelle: Ätherische Öle und Krankheiten	437
Drogen	441
Marihuana, Haschisch und Weihrauch	442
Haluzinogene Drogen: Mescaline, LSD,	
Amphetamine, Psilocybin (Pilze), Muskatnussöl	443
Designerdrogen, Amphetamine: Speed, MDA,	

TMA, MMDA, MDMA (Exstasy)	444
Kokain, Morphium, Heroin	445
Die legalen Drogen Alkohol, Tabak,	
Medikamente und Kaffee; Alkoholismus	448
Tabak	450
Praxis: Der Tabak -Entzug	451
Kaffee, Tee	451
Warum wirken die Drogen?	452
Einfache Naturheilmittel, Calendulaöl	454
Reinigungsbäder	455
Kräuterwein	456
Hilfsmittel bei intensiver geistiger Arbeit	457
Heilerde	457
Mit Yoga-Tips gegen Süßigkeiten und Frust	457
Teil 4 Die Sprache meines Körpers	458
Die Aufteilung des Körpers	464
Die Organzeituhr	467
Organe und Symptome - allgemeiner Teil	469
Abszesse und Akne	469
Aggression	470
AIDS	471
Allergien	473
Altern	474
Alzheimer	475
Anämie	477
Angina pectoris	478
Angst	479
Arteriosklerose	481
Arme	482
Arthritis	484
Atembeschwerden und Asthma	485
Augen	487
Exkurs: Verändertes Wahrnehmungsspektrum	
der Augen	488
Übung: Augenreflex - Reflex der Seele	490
Übung: Augenaustausch beim Tantra	491
Augenprobleme	492

Grüner Star, Grauer Star	493
Kurzsichtigkeit, Weitsichtigkeit, Glaukom	494
Übungen: Augentraining	495
Bandscheiben	499
Bauchspeicheldrüse	501
Behinderungen	502
Beine	503
Bereitstellungsstörungen und vegetative Dystonie	504
Besessenheit	505
Bettnässen	506
Bindegewebe	508
Blase	509
Blähungen, Blinddarm	510
Blut, Blutdruck, Blutkrankheiten	511
Blutkrankheiten, Hoher - Niedriger Blutdruck	512
Bronchien, 514	
Cholesterin 514	
Darmerkrankungen, Dickdarm, Verstopfung	515
Durchfall, Dickdarmentzündung	516
Dünndarm,	517
Depressionen	517
Ekzeme	518
Naturheilmittel gegen Ekzeme	519
Entzündungen	520
Epilepsie	520
Erbrechen	523
Erkältungen (↓ Grippe, Viren, Infektionen)	523
Erschöpfung	524
Fieber	525
Flüssigkeitsansammlungen	525
Füße	526
Galle, Gelbsucht (↓ 3. Chakra)	527
Gesicht	528
Gicht	530
Grippe	531
Haare	533
Hals	534
Hämorrhoiden (↓ 1. Chakra)	535
Hände, die Bedeutung der Finger, Mudras	536
Fingernägel	538
Haut (↓ 4. Chakra)	539

Herz (↓ Ananda Kanda, Herzlotos)	541
Heuschnupfen	542
Hüftgelenke	543
Husten	544
Hysterie	545
Infektionen	546
Instinktreaktionen	548
Juckreiz	549
Kinderlähmung	550
Knie	551
Knochenprobleme	551
Kopfschmerzen	551
Hilfreiche Übungen gegen Kopfschmerzen	552
Krampfader	554
Krämpfe	555
Krebs	556
Kreuzschmerzen	558
Lähmungen und Ohnmacht	560
Leber (↓ 3. Chakra)	561
Leistenbruch und Nabelbruch	562
Lunge (↓ 5. Chakra)	562
Magenerkrankungen (4. Chakra)	563
Mandelentzündung (↓ 5. Chakra)	564
Migräne (↓ 2. Chakra, Sexualität)	565
Mundprobleme	566
Müdigkeit	566
Multiple Sklerose	567
Nackenprobleme	568
Nervenprobleme, Neurosen	569
Nierenprobleme	570
Ohnmacht	572
Ohren	572
Psychose und Psychiatrie (↓ Besessenheit)	573
Rachitis	576
Regression	576
Reisekrankheit	577
Rheuma	577
Rückenschmerzen	578
Schilddrüse (↓ 5. Chakra)	579
Schlaflosigkeit	580
Schlaganfall	581

Schmerzen	582
Schultern	582
Seekrankheit	583
Sinusitis	584
Stottern	584
Streß	585
Sucht	586
Thymusdrüse (↯4.Chakra)	587
Tod (↯ Reinkarnation)	590
Träume	591
Trigeminus Neuralgie	592
Übergewicht	593
Übelkeit	595
Unfälle und Quetschungen	595
Verdauungsstörungen, Verstopfung (↯ Darm)	596
Viren (↯ Infektionen)	597
Wahnsinn ↯ Psychosen, Psychiater)	600
Wirbelsäule	601
Zähne	602
Zahnfleisch, Karies	604
Parodontose	605
Zwölffingerdarm (↯3.Chakra)	606
Organe und Symptome:	
Sonderteil Sexualität und Fortpflanzung	607
Exstase	612
Zeugung	613
Fruchtbarkeit	615
Schwangerschaft	616
Schwangerschaftserbrechen	617
Empfängnisverhütung – Regelung	617
Unfruchtbar	619
Verhütungsmittel	621
Sterilisation	623
Geburt und Rebirthing	624
Fehlgeburten	627
Frühgeburt, Kaiserschnitt	628
Weibliche Brust	629
Mestruationsprobleme	631
Impotenz	632

Frigidität	634
Menopause	635
Prostatabeschwerden	636
Scheidenkrampf	637
Ausfluß	638
Geschlechtskrankheiten	639
Zysten	640

Nachwort	641
Ihr persönlicher Fragebogen zu diesem Buch	644
KI - das Wirken, Kyborg Institut	646
Begriffs-Definitionen	648

Anhang: Energie bewußt erleben	651
1. Energiekegel und Meditationskegeln	651
2. Magische Kunstobjekte, Dimensionstore, Zepter	654
3. Energiepyramiden	656
Chronologie der Pyramidenanlage Le Braquet	661

Literatur	670
Allgemeinwissen zu Gesundheit und Therapie	670
Esoterik und Hintergrundwissen	672
Yoga und Therapie	673
Naturheilkunde	674
Vitaminforschung und wissenschaftliche	
Fachbücher	676
Allgemeinverständliche Fach-Themen Medizin	678
Drogenerfahrungen, Drogenkunde,	
Drogenforscher	679
Religion und Orden	680
Alke, D. Harald, Bücher und CDs	681

Bestellung:
Hartmut Senft
Energiepyramiden und Energytraining
Niederwaldstr. 28
65197 Wiesbaden

info@energiepyramiden.mobi
Tel. 0611 97 14 386