

LOUISE L. HAY

DAS AIDS-~~BUCH~~

UMKEHR

*ZUR LIEBE,
RÜCKKEHR
ZUM LEBEN*

EIN BUCH ZUR
SELBSTHILFE

VERLAG ALF LÜCHOW

Inhalt

Danksagungen	8
Einführung	9
Teil I: DIE KRANKHEIT AIDS VERSTEHEN	17
1 Was ist AIDS?	19
2 Ein positiver Zugang	30
3 Krank aus Mangel an Liebe	36
4 Du hast die Wahl	48
Teil II: HEILE DICH SELBST.	59
5 Unsere Heilkraft: die Veränderung	61
6 Lerne dich zu lieben	65
7 Unsere negativen Gedankenmuster.	76
8 Unsere Selbstbestrafung: Drogenmißbrauch, Alkoholismus, minderwertige Ernährung	85
9 Überwindung des Negativen	93
10 Vergebung: der Weg zur persönlichen Freiheit	106
11 Eine positive Einstellung entwickeln	116
12 Lerne dein Immunsystem kennen	125
13 Entspannung, Meditation, Visualisierung, Affirmation.	133
14 Heilung der Familie.	144
15 Als Homosexueller in der Familie.	157
16 Die Wahl unserer Eltern.....	166
17 Unsere Sexualität	171
18 Andere lieben, uns selbst lieben.	184
Teil III: HILFE FINDEN.	193
19 Ärzte — Helfer in unserem Heilungsprozeß	195
20 Umgang mit medizinischen Einrichtungen.	205
21 Wenn jemand AIDS hat, den du liebst	213
22 Über den Tod und das Sterben.	220
23 Alternative Therapien.	231

24	Hilfe und Unterstützung	244
25	Heilung des Planeten	255
	Literaturempfehlungen	259
	Hinweis des Herausgebers	260