

Inhalt

Einführung: Die Entstehung der Dynamind-Technik	7
1 Eine andere Theorie des Heilens	17
Stress und dynamische Systeme	17
Zwei Systeme	21
Vier Reaktionsweisen auf Stressoren	22
Drei Arten von Stressoren	25
Stressschichten	35
Stresskanäle	38
Überlegungen zur Dynamind-Technik	40
Die sieben Prinzipien des Heilens	44
2 Die Anatomie einer Technik	46
Die Respekt einflößenden Autorität	46
Erster Schritt: Die Geste	48
Zweiter Schritt: Die Aussage	50
Dritter Schritt: Die Berührung	61
Vierter Schritt: Der Atem	68
Dynamind in der Praxis	70
3 Befreiung von Schmerzen	78
Schmerztheorien	78
Rasche und einfache Schmerzlinderung	84
Emotional aufgeladene Schmerzen	89
Schmerz und Fantasiebildarbeit	92
Fibromyalgie	99
Persönliche Berichte	101
	5

4 Andere Beschwerden lindern	102
Tinnitus	102
Atemwegserkrankungen	106
Darmbeschwerden	109
Allergien und Hautprobleme	112
Augenerkrankungen	114
Krebs	117
Gewichtsprobleme	120
Persönliche Berichte	121
Unterschiedliche Beschwerden	124
5 Wut heilen	126
Gegen sich selbst gerichtete Wut	128
Gegen andere gerichtete Wut	134
6 Angst heilen	138
Die zahlreichen Gesichter der Angst	143
Selbstzweifel	143
Phobien	148
Panik	152
Andere Ängste	154
7 Die Dynamind-Technik in der Fern- und Mentalheilung	158
Dynamind Fernheilung zur Unterstützung anderer Therapieformen	160
Dynamind Fernheilung mit der Unterstützung anderer Therapieformen	161
Berührungslose Heilbeispiele	164
Beeinflussung von Tieren	166
Fälle, die Fragen aufwerfen	169
Anhang:	
Dynamind-Praktiker und Dynamind-Lehrer	172