

## Bestandsaufnahme – Was macht mich krank? Heilbereich Geist

(Diese Bestandsaufnahme ist vor allem für **DICH** bestimmt. Mach diese Bestandsaufnahme während der Therapie an jedem ersten Tag des Monats, **spätestens aber nach 3 Monaten wieder** und sammel sie in einer Mappe.)

Datum:.....

### **Erfasse jedes Problem einzeln.**

#### *1.) Welche gesundheitlichen Probleme hast Du zur Zeit?*

Ich habe Probleme mit .....seit:.....

Wie stark beeinträchtigt Dich das Problem? 0 bedeutet „gar nicht“, 10 bedeutet „extrem“

0.....5.....10 Grad:.....(zwischen 0 und 10)

Ich habe Probleme mit .....seit:.....

Wie stark beeinträchtigt Dich das Problem? 0 bedeutet „gar nicht“, 10 bedeutet „extrem“

0.....5.....10 Grad:.....(zwischen 0 und 10)

Ich habe Probleme mit .....seit:.....

Wie stark beeinträchtigt Dich das Problem? 0 bedeutet „gar nicht“, 10 bedeutet „extrem“

0.....5.....10 Grad:.....(zwischen 0 und 10)

#### *2.) Welche finanziellen Probleme quälen dich oder konnten früher nicht befriedigend gelöst werden?*

Ich habe Probleme mit .....seit:.....

Ich beanspruche:.....

Wie stark beeinträchtigt Dich das Problem? 0 bedeutet „gar nicht“, 10 bedeutet „extrem“

0.....5.....10 Grad:.....(zwischen 0 und 10)

#### *3.) Welche Eigentums-Probleme quälen dich oder konnten früher nicht befriedigend gelöst werden?*

Ich habe Probleme mit .....seit:.....

Ich beanspruche:.....

Wie stark beeinträchtigt Dich das Problem? 0 bedeutet „gar nicht“, 10 bedeutet „extrem“

0.....5.....10 Grad:.....(zwischen 0 und 10)

*4.) Welche Beziehungs-Probleme quälen dich oder konnten früher nicht befriedigend gelöst werden?*

Ich habe Probleme mit .....seit:.....

Ich beanspruche:.....

Mich ärgert, dass.....

Wie stark beeinträchtigt Dich das Problem? 0 bedeutet „gar nicht“, 10 bedeutet „extrem“

0.....5.....10 Grad:.....(zwischen 0 und 10)

Ich habe Probleme mit .....seit:.....

Ich beanspruche:.....

Mich ärgert, dass.....

Wie stark beeinträchtigt Dich das Problem? 0 bedeutet „gar nicht“, 10 bedeutet „extrem“

0.....5.....10 Grad:.....(zwischen 0 und 10)

*5.) Welche Probleme plagen Dich noch? Worüber ärgerst Du dich am meisten?*

Mich ärgert, dass.....

Wie stark beeinträchtigt Dich das Problem? 0 bedeutet „gar nicht“, 10 bedeutet „extrem“

0.....5.....10 Grad:.....(zwischen 0 und 10)

Mich ärgert, dass.....

Wie stark beeinträchtigt Dich das Problem? 0 bedeutet „gar nicht“, 10 bedeutet „extrem“

0.....5.....10 Grad:.....(zwischen 0 und 10)

*6.) Tust Du im Moment Dinge, die Du eigentlich gar nicht willst, oder an die Du nicht wirklich glaubst?*

a) .....

b) .....

c) .....

*7.) Welche 3 Dinge oder Personen stellen deinen wertvollsten Besitz dar?*

a) .....

- b) .....
- c) .....

8.) *Hast Sie schon einmal etwas verloren oder eingebüßt, an denen Du sehr gehangen hast?*

- a) .....
- b) .....
- c) .....

9.) *Hast Du schon einmal einen geliebten Menschen verloren, an dem Du sehr gehangen hast?*

- a) .....
- b) .....
- c) .....

10.) *Hattest Du in den 5 Jahren vor deiner Erkrankung tragische oder traumatische Erlebnisse gehabt?*

- a) .....
- b) .....
- c) .....

11.) *Sind dir irgendwelche Ängste bewusst?*

- a) .....
- b) .....
- c) .....

12.) *Hattest Du in den 5 Jahren **vor** deiner Erkrankung tragische oder traumatische Erlebnisse gehabt?*

- a) .....
- b) .....
- c) .....

13.) *Quälen dich irgendwelche Alpträume? Was ist die Bedrohung?*

- a) .....
- b) .....
- c) .....

14.) *Was sind momentan deine 3 größten Probleme oder Sorgen? Schätze bitte den Grad der Beeinträchtigung ein.*

- a) ..... Grad:.....(zwischen 0 und 10)
- b) ..... Grad:.....(zwischen 0 und 10)
- c) ..... Grad:.....(zwischen 0 und 10)

15.) Was empfindest Du, wenn Du an das jeweilige Problem denkst?

- a) .....
- b) .....
- c) .....

16.) Gab es Situationen in deinem Leben, in denen Du dich schon mal genau so **geföhlt** hast? Suche nach den frühesten und eindrücklichsten Erinnerungen und beschreibe sie kurz.

- a) .....
- b) .....
- c) .....

17.) Welche Personen waren an diesen Situationen beteiligt?

- a) .....
- b) .....
- c) .....

18.) Gehe bitte jetzt Punkt 1-14 noch einmal durch und notiere welche **Personen** an den jeweiligen Problemen beteiligt waren. Schreibe pro Zeile einen Namen und notiere, was dir diese Person getan hat. Schätze bitte den Grad der Beeinträchtigung ein.

Bsp.: *Ilse hat mir meinen Mann weggenommen.* ..... Grad:...8.....(zwischen 0 und 10)

- a) ..... Grad:.....(zwischen 0 und 10)
- b) ..... Grad:.....(zwischen 0 und 10)
- c) ..... Grad:.....(zwischen 0 und 10)
- d) ..... Grad:.....(zwischen 0 und 10)
- e) ..... Grad:.....(zwischen 0 und 10)
- f) ..... Grad:.....(zwischen 0 und 10)
- g) ..... Grad:.....(zwischen 0 und 10)

19.) Was willst Du in deinem Leben unbedingt erreichen?

- a) .....
- b) .....

c) .....

Mit deinen bewussten oder unbewussten Zielstellungen bestimmst Du selber in welche Richtung Du dich im Leben entwickelst. Prüfe deshalb deine Ziele und Sehnsüchte.

## 20.) Bindungen und Belastungen

Eine Vielzahl von geistlichen Bindungen und Prägungen sind für Krankheiten und persönliches Leid ursächlich verantwortlich. Prüfe gewissenhaft, ob es geistliche Verstrickungen oder Prägungen in deinem Leben gibt, die du selber mitgemacht oder zugelassen hast. Die Checkliste soll dir keine Schuldgefühle oder Selbstzweifel bringen, sondern Heilung und Befreiung. Da diese Zusammenstellung immer erweiterungsfähig ist, frage dich auch bitte selbst, wo es noch geistliche Krankheitsursachen geben könnte.

Hast Du in der Checkliste Prägungen entdeckt, die auf dich zutreffen, dann streiche sie **farbig** an.

### 1. Okkultismus und Ideologien der Lüge

*(Achtung: Auch wenn es nur aus Spaß war, können Bindungen da sein!)* Pendeln / Astrologie (Horoskope) / Meditation / Transzendente Reisen / Tisch- oder Gläserrücken / Kartenlegen / Handlinienlesen / Wahrsagerei / Geistheilungen / Schamanen-Behandlungen / Hypnose / Geheimbünde / Freimaurertum / Spiritismus / Totenbefragung / Hexenzirkel / Satanismus / Grufti-Szene (Faszination Tod) / Negative Musik (Heavy Metal etc.) / Okkulte Filme / okkulte Literatur / Gegenstände (Hufeisen, Talisman, Maskottchen usw.) / Okkulte Verstrickungen in der Familie / Rechts- oder Linksradikalismus / Nationalsozialismus / Atheismus / Stalinismus usw.

### 2. Sexualität

Pornografie / Unreine Phantasie / Außerehelicher Verkehr / Hurerei / Ehebruch / Homosexualität / Pädophilie (sexueller Missbrauch von Kindern) / Zoophilie (sexuelles Hingezogensein zu Tieren) / Sadismus / Masochismus / Transvestismus / Zwanghaftes sexuelles Verhalten / Frigidität

### 3. Charakterzüge

*(Viele dieser Charakterzüge sind Ursachen von anderen Problemen. Es ist wichtig die Wurzel zu erkennen.)* Hochmut / Arroganz / Rebellion / Kritiksucht / Richtgeist / Besserwisserei / Zwanghafte Sorge / Perfektionismus / Leistungsdenken (Selbstwert aus Leistung) / Faulheit / Passivität / Gleichgültigkeit / Egoismus / Feigheit / Unterwürfigkeit / Hass / Ablehnung / Aggressivität / Jähzorn / Unversöhnlichkeit / Bitterkeit / Rachedgedanken / Misstrauen / Innere Härte / Distanziertheit / Selbstmitleid / Selbstablehnung / Innere Schwüre / Festlegungen (Ich bin..., Der ist..) / Kontrollieren anderer / Antisemitismus (Judenhass) / Rassismus / Feigheit / Sturheit / Genuss-Sucht / Lieblosigkeit / Hartherzigkeit / Habgier / Gewinnsucht / Machtgier / Manipulation / Lüge / Betrug / Selbstsucht / Eitelkeit / Zorn / Rachsucht / Neid / Schadenfreude / Materialismus / Maßlosigkeit / Unrealistische Erwartungen an Andere / Unzufriedenheit / Undankbarkeit / Nörgelei / Inkonsequenz / Wankelmütigkeit / Unentschlossenheit / Ungläubigkeit (mangelndes Vertrauen / Haltlosigkeit / Unverbindlichkeit / Unzuverlässigkeit / Ignoranz /

#### 4. Suchtverhalten / Zwänge

Jedes sexuelle Zwangsverhalten (s.o.) / Fress-Sucht / Ess-Brechsucht / Magersucht / Kleptomanie / Kaufzwang / Putzwahn / Waschzwang / Sammelwahn / Voyeurismus / Rauchen / Alkoholmissbrauch / Drogen / Abhängigkeit von Fernsehen, Musik etc. / Abhängigkeit von Computer u. Internet / Spielsucht (Spielautomaten, elektronische Spiele) / Sportzwang / Sonstige zwanghafte Handlungen und Gedanken

#### 5. Religiöse (satanische) Bindungen

Alle östlichen Religionen durch Aufstellung von Götzenfiguren und Teilnahme an ihren Meditations- und Entspannungsangeboten, z.B. buddhistische Anbetungshandlungen wie Yoga, Qigong, TaiChi usw., besonders wenn Heilungs- und Stressabbau-Versprechen gemacht werden/ alle Religionen die nicht den Gott der Bibel (JHWH- sprich: Jahwe) verehren und anbeten/ Verehrung heidnischer Gottheiten/Satanismus/ Aberglaube (z.B. Erlösung durch Kindstaufe, Kirchenghörigkeit, gute Taten, Spenden) /Unbiblische Frömmigkeit (z.B. Gesetzmäßigkeit, elitäres Denken) /Unbiblische Riten und Bräuche (z.B.Marienanbetung, Heiligenanbetung, Engelsanbetung, Anbetung des „Heiligen Geistes“ – in Erwartung des „Toronto-Segens“ mit Kontrollverlust in Form von Zittern, Heulen, Schreien oder Ohnmacht) / Personenkult jeder Art (Rock/Pop-Stars, Papst-Kult - ist Ungehorsam gegen Christus: „*Nennt niemanden unter euch Vater*“ Matth. 23,9/ Pseudochristliche Sekten (Zeugen Jehovas, Mormonen usw.) /Psychosekten (Scientology) /Weihe an eine Gottheit oder Heiligen oder Guru /Jugendweihe/ New Age / Esoterik / "Positives Denken" /Selbsterlösungslehren und – praktiken/Manche Kampfsportarten /Naturreligionen (Masken und Götzen) /Esoterischer Glaube an Steine und sonstige tote Dinge

Dr. Martin Luther sagt dazu: „*Woran du dein Herz hängst, das ist dein Gott*“

#### 6. Verletzungen / Traumatische Erlebnisse

Hast Du schon einmal eine Schwangerschaft abgebrochen, oder hat deine Mutter schon einmal eine Schwangerschaft abgebrochen? Leidest Du unter Depressionen, Selbstfindungsstörungen, Lebensunlust oder Selbstmordgedanken? Ich empfehle Dir hierfür eine persönliche Beratung in einem Dr. Heil Gesundheitszentrum.

Wenn Du in deinem Leben Verletzungen oder Missbrauch erfahren hast und Du empfindest noch Hass, Ärger oder Bitterkeit gegenüber diesen Menschen, dann trage diese Namen in das Arbeitsblatt „Vollkommene Vergebung“ ein.

#### 7.) Kontakt zu Verstorbenen

Redest Du mit Verstorbenen? .....Ja/Nein

Wie oft redest Du mit Verstorbenen?.....

Warum redest Du mit Verstorbenen? .....

#### 21.) Liebe

*Wie sehr liebst Du deinen Vater? (Auch wenn er schon gestorben ist)*

0 – bedeutet: „gar nicht“, 10 – bedeutet: „mehr geht nicht“

0.....5.....10 Grad:.....(zwischen 0 und 10)

Warum? .....

*Wie sehr liebst Du deine Mutter? (Auch wenn sie schon gestorben ist)*

0 – bedeutet: „gar nicht“, 10 – bedeutet: „mehr geht nicht“

0.....5.....10 Grad:.....(zwischen 0 und 10)

Warum? .....

*Wie sehr liebst Du Gott (den Vater)?*

0 – bedeutet: „gar nicht“, 10 – bedeutet: „mehr geht nicht“

0.....5.....10 Grad:.....(zwischen 0 und 10)

Warum? .....

*Wie sehr liebst Du Jesus Christus, den Sohn Gottes?*

0 – bedeutet: „gar nicht“, 10 – bedeutet: „mehr geht nicht“

0.....5.....10 Grad:.....(zwischen 0 und 10)

Warum? .....

*Wie sehr liebst Du deinen Partner/in? (wenn Du eine/n hast)*

0 – bedeutet: „gar nicht“, 10 – bedeutet: „mehr geht nicht“

0.....5.....10 Grad:.....(zwischen 0 und 10)

Warum? .....

*22.) Entspannung*

Wobei kannst Du am besten entspannen und mal abschalten?

.....