

Andreas Rebmann

Beten Lernen

Eine neue Art des Betens

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	6
Was ist ein Gebet ?	8
Beten ist eine Bitte an Gott	9
Gott	9
Der Körper als heiliges Instrument des Betens	11
Zu was hat der Mensch überhaupt einen Körper ?	11
Ernährung	11
Bewegung	12
Materie besteht aus „Nichts“	13
Wie kann es dann sein, dass sich Materie so fest anfühlt ?	13
Beten 15	
Die Grundstruktur des Gebets	15
1. Gebet formulieren	16
1. Die Jetzt Regel	20
2. Positiv formulieren - die Nicht-fällt-raus Regel	20
3. Die Fülle Regel	21
4. Die Präzisionsregel	22
5. Die Gefühlsregel	22
6. Die Bezug-zu-sich-selbst Regel	22
7. Die Klang Regel	25
Formulierung testen	25
2. Zielbild im Geist erschaffen	26
3. Zielbild ins Herz nehmen	27
4. Gefühl des Vertrauens in Solarplexus erzeugen und ins Herz aufsteigen lassen	28
5. Gefühl der Freude im Sexualchakra erzeugen und ins Herz aufsteigen lassen	28
6. Gefühl der Dankbarkeit im Wurzelchakra erzeugen und ins Herz aufsteigen lassen	28

7. Alles im Herz zusammenbacken	29
Zusammenfassung	31
Übungen	32
Übung 1: Das Herzchakra aktivieren	32
Übung 2: Die Vision des Geistes ins Herz bringen	32
Übung 3: Energie kreisen lassen (kleiner Himmelskreis)	33
Übung 4: Vertrauensenergie im Solarplexus	35
Übung 5: Freudeenergie im 2.Chakra	36
Übung 6: Dankbarkeitsenergie im 1.Chakra	36
Übung 7: Umgebung über die unteren Chakren wahrnehmen	37
Positives Denken	39
Was ist positives Denken ?	39
Die Praxis des positiven Denkens	40
Beispielbesprechung positiven Denkens in der Gebetsformulierung	41
FAQ Beten - Fragen und Antworten	45
Was sind die Voraussetzungen zum Beten ?	45
Warum soll man das Gebetsziel in der Gegenwartsform formulieren?	45
Wie ausführlich soll man das Gebet formulieren ?	46
Soll das Wort Danke in der Gebetsformulierung enthalten sein ?	46
Was sind die drei P's ?	46
Warum fallen Negationen aus Gebetsformulierungen heraus ?	46
Gibt es wissenschaftliche Beweise, dass Beten funktioniert ?	47
Wann ist die besten Zeit zum Beten ?	48
Welche Gebetshaltung ist am besten ?	49
Wie oft soll man ein Gebet beten ?	49
Wie lange dauert es, bis das Gebet sich erfüllt ?	50
Wie hat Jesus seine Wunder vollbracht ?	52
Ich bin der Sohn Gottes.	52
Ich bin das Licht der Welt.	53
Wird wirklich jeder Wunsch erfüllt ?	53
Kann ich wirklich alles erreichen, was ich will ?	53
Kann man wirklich jedes Ziel wählen ?	54
Was, wenn ich mein Gebetsziel ändern will ?	55
Was, wenn ich für das Gegenteil von etwas bete, von dem was ich früher wollte ?	55
Was ist, wenn Neid, Stolz oder Gier die Triebfeder des Gebetszieles ist ?	57
Ich habe früher nicht so gebetet, aber trotzdem hat es oft funktioniert, dass ich bekommen habe, was ich wollte.	57
Was, wenn ich das Bild schon im Herz habe ?	57
Ist es nicht besser, wenn man beim Beten ein Gefühl entwickelt, als sei das Gebet schon erhört worden ?	58
Was ist, wenn ich noch Zweifel habe, dass mein Gebet sich erfüllt ?	58
Sind die Worte wirklich so wichtig ?	59
Belüge ich mich durch die Gegenwartsformulierung nicht selbst ?	59
Macht es Sinn, zusätzlich ein Visionboard zu verwenden ?	60
Kann Feng Shui zusätzlich eingesetzt werden ?	60
Kann man diese Methode auch mit Matrix kombinieren ?	60
Kann diese Gebetsform auch mit Tantra kombiniert werden ?	61
Darf man mit anderen Menschen über sein Gebet sprechen ?	61
Warum ist es so wichtig, in das Gefühl des erfüllten Zielzustandes zu gehen ?	62
Kann man diese Gebetsform vereinfachen ?	63

Warum werde ich immer so müde beim Beten ?	64
Soll man immer am selben Platz beten ?	64
Wie wichtig ist die äußere Form des Betens ?	64
Ich habe keinen ruhigen Platz zum Beten ?	65
Ich bin immer so verspannt - Wie werde ich innerlich ruhig ?	65
Mein Herz ist immer so zu - Wie kann ich es öffnen ?	65
Warum verbindet man sich nicht extra mit dem höheren Selbst ?	66
Wann ist Segnen besser als Beten ?	66
Ist diese Gebetsform ganzheitlich ?	68
Ist diese Gebetsform vereinbar mit der Bibel ?	68
Muss ich mein Weltbild ändern ?	69
Gebetsthemen	71
Gebete zum Thema Partnerschaft	71
Gebete für Gesundheit	72
Gebete für Finanzielles und Geld	74
Gebete um Lottogewinne	79
Gebete um sportliche Erfolge	80
Gebete um Ruhm und gutes Ansehen	80
Gebete um Weisheit und Wissen zu erhalten	82
Beten für Frieden	83
Kirchliche Gebete	84
Allgemeine Fragen und Erklärungen	87
Was sind Chakren ?	87
Was ist Reinkarnation ?	88
Wissenschaftliche Betrachtung der Reinkarnationslehre	89
Was ist Karma ?	90
Was ist bedingungslose Liebe ?	90
Was ist Gott ?	90
Was ist Erfolg ?	91
Nachwort	92
Feedback	92
Literatur zum Thema Gedankenkraft	92
Danksagung	92
Dieses Buch bezahlen	93

Das komplette E-Book Beten Lernen können Sie unter anderem bei Xinxii erwerben: <http://www.xinxii.com/mydocs.php?pid=33182>