

Sisällys

Alkusanat	9
Kiitokset	14
Johdanto	17
ENERGIAHOIDOISTA	23
LUKU 1 Energiahoitamisen taustaa	25
LUKU 2 Bengstonin energiahoitotutkimukset	31
LUKU 3 Mitä on reiki?	44
<i>Reikin taustaa</i>	44
<i>Tyypillinen reiki-hoito</i>	46
<i>Reikin oppiminen</i>	48
LUKU 4 Energiahoitajaksi	50
<i>Prosessi käynnistyy reiki-kurssilla</i>	50
<i>Itsekeskustelua</i>	59
<i>Etähoitamista ja opettajaopintoja</i>	66
<i>Energiahoidon oppimisesta objektiivisesti</i>	73

LUKU 5	Energiahoidojen ydin?.....	75
	<i>Energiahoidon yleisiä piirteitä</i>	76
	<i>Hoitotilanne</i>	78
TOIMIVATKO ENERGIAHOIDOT, JA JOS TOIMIVAT, NIIN MIHIN?		
		83
LUKU 6	Energiahoitokokemuksia	85
	<i>Erilaisia aistikokemuksia</i>	85
	<i>Mitä voi hoitaa?</i>	89
	<i>Omia ja hoidettavieni kokemuksia hoidoista</i>	93
	<i>Ryhmäetähoitot</i>	107
	<i>Yhteenveto lähi- ja etähoitojen kokemuksista</i>	109
LUKU 7	Melli.....	113
	<i>Mellin hoidon etenemisestä</i>	120
LUKU 8	Kokemuksista objektiivisesti.....	127
LUKU 9	Mallit muutokseen.....	133
	<i>Havainnoista</i>	133
	<i>Tieteen käsitteitä</i>	135
MITÄ ON ENERGIAHOIDOISSA VÄLITETTÄVÄ "ENERGIA"?		
		141
LUKU 10	Energiahoidon energia	143
	<i>Energia fysiikassa</i>	143
	<i>Universaali elämänenergia</i>	146
	<i>Mitä on energiahoidon energia?</i>	149

MITÄ TIEDE VOI SANOA ENERGIAHOIDOISTA?....	151
LUKU 11 Kvanttifysiikkaa – olemme värähtelevää energiaa	153
<i>Vastakohtat ovat komplementaarisia</i>	154
<i>Havainnot luovat todellisuuden?</i>	161
<i>Etävaikuttaminen on mahdollista?</i>	166
<i>Olemme värähtelevää energiaa</i>	168
LUKU 12 Mielestä ja tietoisuudesta	171
<i>Näkökulman muutos</i>	171
<i>Mieli ja materia</i>	178
<i>Mieli ja paraneminen</i>	181
MITÄ TUTKIMUKSIA ON TEHTY ENERGIAHOITOIHIN LIITTYEN?	187
LUKU 13 Energiahoitotutkimuksia.....	189
<i>Mihin energiahoidoista on apua?</i>	189
<i>Yhteenvetoa energiahoitotutkimusten tuloksista</i> ..	194
<i>Voiko käsistä virtaavaa energiaa mitata?</i>	207
<i>Mitä voisi tutkia</i>	212
POHDINTAA.....	223
LUKU 14 Miten selittää energiahoitamista?	225
<i>Informaatiota, ei energiaa</i>	225
<i>Miten informaatioyhteys syntyy?</i>	230
<i>Sisäinen työskentely</i>	233

LUKU 15	Sisäisen tiedon äärellä	240
	<i>Itsereflektointia</i>	240
	<i>Sisäinen tieto myös tieteen avuksi</i>	244
	<i>Energiahoidot sisäisen tiedon välineenä</i>	249
LUKU 16	Lopuksi.....	251
	<i>Objektiivisesta subjektiiviseen</i>	252
	<i>Materialismista idealismiin</i>	252
	<i>Erillisyydestä ykseyteen</i>	253
	<i>Lääketieteestä täydentäviin hoitoihin</i>	253
	<i>Mielikuvista todellisuuteen</i>	254
	<i>Analyysistä intuitioon</i>	255
	<i>Negatiivisuudesta rakkauteen</i>	255
	<i>Kvanttifysiikasta energiahoitoihin</i>	256
LUKU 17	Usein kysytyjä kysymyksiä energiahoidoista	257
	Sanastoa	263
	Lähdeluettelo	267
	Liite 1. Esimerkki-itsehoito-otteet	287
	Liite 2. Sipulinkuorintaharjoitus	289
	Liite 3. Tunteiden työstöharjoitus	291
	Liite 4. Sydän-mielimeditaatio	293
	Liite 5. Qin kasvattamista	294
	Liite 6. Yhteyden luominen omaan sisimpään ja energiavirtauksen kasvattaminen	298