

---

# Inhalt

---

Abkürzungen . . . . .	7
Vorwort . . . . .	11
 <b>Teil X: Psychische und geistige Gesundheit</b>	
44. Grundsätze, die Geist und Seele beeinflussen . . . . .	15
45. Individualität (Einzigartigkeit) . . . . .	23
46. Zwischenmenschliche Beziehungen . . . . .	31
47. Psychohygiene . . . . .	42
 <b>Teil XI: Emotionale Probleme</b>	
48. Schuldgefühle . . . . .	51
49. Trauer . . . . .	59
50. Angst und Sorge . . . . .	67
51. Angst und Furcht . . . . .	76
52. Depressionen . . . . .	84
53. Positive und negative Art der Auseinandersetzung . . . . .	99
54. Geistige Überforderung . . . . .	108
55. Leid . . . . .	112
56. Ärger und Zorn . . . . .	118
57. Hass und Rache . . . . .	127
58. Glauben . . . . .	134
 <b>Teil XII: Anpassungsprobleme</b>	
59. Charakterentwicklung . . . . .	147
60. Auseinandersetzung und Anpassung . . . . .	157
61. Die lebenswichtige Funktion der Gesetze Gottes . . . . .	164
62. Gedankenaustausch und Umgang miteinander . . . . .	175
 <b>Teil XIII: Persönlichkeit</b>	
63. Phantasie (Vorstellungskraft) . . . . .	191
64. Gewohnheiten . . . . .	201

65.	Trägheit . . . . .	207
66.	Emotionale Bedürfnisse . . . . .	211
67.	Veranlagung . . . . .	221
68.	Mitmenschliche Beziehungen . . . . .	227
69.	Ablehnung und Zurückweisung . . . . .	236
70.	Kritik . . . . .	241
71.	Wahres Glück . . . . .	247

**Teil XIV: Der Einfluss der Gedanken**

72.	Denkgewohnheiten . . . . .	261
73.	Richtiges Denken . . . . .	271
74.	Zweifel . . . . .	278
75.	Einbildung und Krankheit . . . . .	289
76.	Wille und Entscheidung . . . . .	293

**Teil XV: Falsche Heilmethoden**

77.	Pseudowissenschaftliche Methoden . . . . .	307
78.	Abhängigkeit von Menschen . . . . .	314
79.	Gefahren der Hypnose . . . . .	321
80.	Überhöhtes Selbstwertgefühl, eine Methode Satans . . . . .	330

**Teil XVI: Grundsätze und ihre Anwendung**

81.	Eine ungefährliche Therapie für die Seele . . . . .	339
82.	Die Rolle der Wissenschaft in unserem Leben . . . . .	347
83.	Leben im Alter . . . . .	353

**Teil XVII: Praktische Psychologie**

84.	Umgang mit Gefühlen . . . . .	363
85.	Beratung . . . . .	371
86.	Gegenseitiges Vertrauen . . . . .	384
87.	Psychologie und Theologie . . . . .	390
88.	Negative Einflüsse auf Seele und Geist . . . . .	398
89.	Positive Einflüsse für Seele und Geist . . . . .	406

Anhang A	Empfehlung an eine depressive Frau mittleren Alters . . . . .	417
----------	---	-----

Anhang B	Vertrauen ist eine gute Basis, auf die man bei depressiver Verstimmung bauen kann. . . . .	421
----------	--	-----