

Inhaltsverzeichnis

Krise	8	Die Psycho-Immunität – Wiege unserer Gesundheit.....	56
Natur-Defizit-Syndrom	11	Körper und Psyche – Die Organsprache	64
Natur-Defizit-Syndrom	12	Bewegungsapparat und Psyche – Die Organsprache der Lunge	65
Das Enneagramm	18	Bewegungsapparat und Psyche – Die Organsprache des Rückens.....	80
Neun mögliche Typen der Persönlichkeit	18	Magen und Psyche – Die Organsprache des Magens.....	90
Was heißt Enneagramm?	20	Darm und Psyche – Die Organsprache des Darmes.....	99
Die drei Zentren des Enneagramms	23	Organsprache Leber und Psyche.....	107
Typ EINS, der ehrliche Perfektionist	26	Herz und Psyche – Die Organsprache des Herzens	117
Die ZWEI – der Helfer	29	Haut und Psyche – Die Organsprache der Haut.....	128
Die DREI – der Macher	32	Niere und Psyche – Die Organsprache der Niere	146
Die VIER – der Künstler	35	Krisenhelfer – Ätherische Öle	156
Die FÜNF – das wandelnde Lexikon	38	Aromatherapie	159
Typ SECHS – der Angstgesteuerte und Skeptiker	41	Psycho-Aromatherapie	161
Typ SIEBEN – der Verdränger, der Genießer	45	Krisenhelfer Bachblüten.....	176
Typ ACHT – der Kämpfer	48	Krisenhelfer Farben	188
Typ NEUN – der entspannte Diplomat	52	Krisenhelfer Natur – Bewegung – frische Luft.....	192
Pfeile und Flügel.....	55	Krisenhelfer Familie und soziale Kontakte	194
		Krisenhelfer Genuss- und Suchtmittel	196

Krisenhelfer Homöopathie	201	Traumamischung	165
Große psychische Mittel	202	Traurige und depressive Gedanken	174
Krisenhelfer Töne und Musik	207	Zum Überwinden bei schmerzhaften Verlusten	171
Krisenhelferpflanzen	209	Zur Stimmungsaufhellung	174
Krisenhelfer Schüßler	212		
Krisenhelfer Spiritualität und/oder philosophische Hintergründe	214		
Krisenhelfer Wohnung	220		
Literaturverzeichnis	222		
Wichtige Adressen	223		

Rezeptindex

Ätherische Öle

Anti-Stress-Mischung jeglicher Art	163		
Aromamischung für Darm und Leber (Erwachsene)	116		
Balsamische Massagemischung für Körper und Geist	168		
Bei Neigung zu Suchterkrankungen	173		
Bei Stimmungsschwankungen	172		
Für ausgebrannte Seelen	167		
Gegen depressive Verstimmungen	163		
Kleiner Mutmacher	175		
Massagemischung für schmerzhafte Übergänge	175		
Mutmacher für eine schwere Zeit	164		
Notfallmischung	170		
Riechfläschchen gegen Krisenblues und Stress	127		
Stärkende und erdende Mischung	166		
Stimmungsaufhellende Mischung	164		
		Bachblüten	
		Agrimony (Nr. 1)	184
		Aspen (Nr. 2)	180
		Beech (Nr. 3)	186
		Centaury (Nr. 4)	184
		Cerato (Nr. 5)	181
		Cherry Plum (Nr. 6)	180
		Chicory (Nr. 8)	186
		Crap Apple (Nr. 10)	185
		Elm (Nr. 11)	185
		Gentian (Nr. 12)	181
		Gorse (Nr. 13)	181
		Holly (Nr. 15)	184
		Hornbeam (Nr. 17)	181
		Larch (Nr. 19)	185
		Mimulus (Nr. 20)	180
		Oak (Nr. 22)	185
		Pine (Nr. 24)	185
		Red Chestnut (Nr. 25)	180
		Rock Rose (Nr. 26)	180
		Rock Water (Nr. 27)	186
		Scleranthus (Nr. 28)	181
		Star of Bethlehem (Nr. 29)	185
		Sweet Chestnut (Nr. 30)	185
		Vervain (Nr. 31)	186
		Vine (Nr. 32)	186
		Walnut (Nr. 33)	184
		Wild Oat (Nr. 36)	181
		Willow (Nr. 38)	185

Homöopathie

Aconit	87, 202
Argentum Nitricum	204
Arnika	84
Arsenicum Album	202
Aurum metallicum	203
Dysto-Loges, Loges	198
Ignatia	204
Natrium Muriaticum	205
Pulsatilla	205
Staphisagria	206

Phytotherapeutische Mittel

Aftersun-Lotion	137
Aknegesichtswasser	133
Andornelixier	69
Andorn-Tinktur	69
Aronstab-Elixier	200
Bärentraube-Tee	148
Bärwurz-Birnenhonig	104
Bauchwickel, Stimmungsaufhellender	105
Beinwellkomresse	85
Bertram	199
Birken-Tee	149
Blut- und Lymphreinigung-Teemischung	131
Brennnessel-Tee	150
Bronchitistee	74
Der Magen-Allroundtee für die Hausapotheke	94

Dinkel	199
Eibischwurzel-Tee	92
Fenchel	200
Fitnessdrink nach Ruth von Braunschweig ...	142
Flohsamen	199
Gänseblümchen-Wundsalbe	132
Gelöschter Wein	200
Gemütswein nach Fischer-Rizzi	113
Gineprino	154
Goldruten-Tee	151
Grundmischung gegen Husten, Bronchitis und Sinusitis	79
Haferflocken	200
Heilerde-Umschlag mit Arnika	84
Herzgespann-Teemischung	125
Heublumensack	88
Hirschzungen-Elixier	110
Holunderblüten-Erkältungstee	72
Huflattich-Hustentee	74
Huflattich-Husten- und Erkältungssaft	74
Leberwickel	115
Lippenbalsam	134
Lippenpflege	145
Löwenzahn-Teemischung	112
Lungenkrauttee	71
Lungenkrautwein	71
Mädesüß-Tee	89
Magen-Allroundtee	114
Magenrollkur	95
Massage-Öl	97
Melissentee	97
Nervenkekse	199
Nerventee	198

Nerven- und Schlaftee.....	137
Ölziehkur-Grundmischung.....	145
Petersilienhonigwein.....	122
Pfefferminzöl.....	98
Pfefferminztee.....	98
Ringelblumensirup.....	135
Ringelblumentee.....	135
Schlafbad mit ätherischen Ölen.....	137
Spitzwegerich-Hustensaft.....	76
Süße Mandeln.....	200
Süßholzpulver.....	200
Tee bei akuter Bronchitis.....	71
Teemischung.....	198
Thymian-Tee.....	77
Wacholderbeerenkur.....	154
Wacholderbeeren-Tee.....	154
Wacholder-Tinktur.....	154
Wegwarte-Teemischung.....	113
Weinrautensalbe.....	153
Weißdorn-Tinktur.....	123
Wermut-Trank nach Hildegard von Bingen.....	114
Ysopwein.....	105

Schüßler-Mittel

Nummer 3.....	213
Nummer 5.....	213
Nummer 7.....	213
Nummer 8.....	213
Nummer 9.....	213
Nummer 14.....	213
Nummer 16.....	213

A Produkt aus der Apotheke

CERES Absinthium Wermut-Urtinktur.....	114
CERES Avena sativa (Haferkraut-Urtinktur).....	93
CERES Bellis perennis Urtinktur.....	133
CERES Betula folium Urtinktur.....	149
CERES Calendula Urtinktur.....	134
CERES Carduus marianus Mariendistel-Urtinktur.....	111
CERES Cynara scolymus Artischocken-Urtinktur.....	109
CERES Equisetum arvense – Urtinktur.....	83
CERES Melissa officinalis Urtinktur oder CERES Melissa comp. (mit Melisse, Schafgarbe, Johanneskraut, Pfefferminze und Wermut).....	97
CERES Mentha piperita Urtinktur.....	98
CERES Solidago Urtinktur.....	151
CERES Taraxacum Löwenzahn-Urtinktur.....	112
CERES Urtica Urtinktur.....	150
CERES Urtinktur Chamomilla.....	95
Fenchelkautabletten der Firma Jura.....	94
Fertigarzneimittel Kyttasalbe und Traumaplast.....	85
Fertigarzneimittel mit Capsaicin.....	86
Firma Schoenenberger®: Artischocke, Naturreiner Heilpflanzensaft.....	109
Firma Wadi – Verdauungsöl.....	97, 116
Galgant-Kautabletten der Firma Jura.....	120
Hyperforat (Johanniskraut), Dr. Klein, 50 Stück/100 ml.....	197
Nemasad, Nestmann, 100 ml.....	197
P-sta spag. Peka Tropfen, Pekana, 50 ml.....	197
Scolovin Hirschzungen-Trank.....	110
Sivesan Fenchel-Mischpulver von St. Hildegard-Posch.....	121