

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	13
<i>Auf den eigenen Körper hören</i>	13
<i>Wenn wir uns selbst besser verstehen ...</i>	14
... wird es uns besser gehen	15
Erster Teil	
Ihr Körper spricht mit Ihnen, hören Sie ihm gut zu	17
<i>Unser Körper, ein gut eingefahrener Motor</i>	18
<i>Der Widerhall unserer Emotionen in unseren Organen</i>	19
<i>Das Echo unserer Organe in unserem Verhalten</i>	20
<i>Der Schwachpunkt</i>	20
<i>Den Körper verstehen: das Gehirn</i>	22
<i>Zum Glück somatisieren wir</i>	23
Der Ausdruck von Lebensgefühlen	26
<i>Das große Schauspiel der Gefühle</i>	26
<i>Emotionen zwischen Vernunft und Trieb</i>	27
<i>Emotionen sind der Mörtel für unser Lebensgebäude</i>	28
<i>Wie funktioniert das Körperedächtnis?</i>	30
<i>Nicht alle Verletzungen sind sichtbar</i>	31

Was denken unsere Organe?	33
<i>Wie Organe unser Verhalten beeinflussen</i>	33
<i>Wie umgekehrt unser Verhalten auch die Organe beeinflusst</i>	34
<i>Ob psychisch oder physisch, der Schauplatz ist derselbe!</i>	35
<i>Ein empfindliches Potenzial</i>	36
<i>Das »Phänomen des Zuviel oder Zuwenig«</i>	37
<i>Die Depression, ein extremes Beispiel für das »Phänomen des Zuviel oder Zuwenig«</i>	39
Lernen Sie, die Ursache Ihrer Probleme zu finden	40
<i>Nicht immer ist das Leben ein langer, ruhiger Fluss ...</i>	41
<i>Unterschiedliche Widerstandskraft</i>	41
<i>Angstfrei verstehen</i>	43
<i>Emotionale Probleme durch Organbehandlung heilen</i>	44
<i>Organprobleme durch Behandlung emotionaler Probleme heilen</i>	44
<i>Der »Organ-Typ«</i>	45
 Zweiter Teil	
Was unsere Organe denken	49
<i>Das Gehirn: der »Big Boss«</i>	50
<i>Die Gehirnfunktion</i>	50
<i>Funktionsstörungen des limbischen Systems</i>	55
<i>Wie funktioniert die Beziehung zwischen Gehirn und Organ?</i>	57
<i>Indirekt denken die Organe!</i>	58
<i>Experimente mit Scanner und Photonen</i>	59
<i>Was können Sie für Ihr Gehirn tun?</i>	61
<i>Lungen und Bronchien: nichts als Luft?</i>	63
<i>Die Funktion von Lungen und Bronchien</i>	63
<i>Funktionsstörungen von Lungen und Bronchien</i>	67
<i>Der »Lungen-Bronchien-Typ«</i>	70
<i>Was können Sie für Ihre Lungen und Bronchien tun?</i>	78
<i>Das Herz: ein starker Muskel</i>	82
<i>Die Funktion des Herzens</i>	82
<i>Funktionsstörungen des Herzens</i>	84
<i>Der »Herztyp«</i>	87
<i>Was können Sie für Ihr Herz tun?</i>	95

Die Brüste: Symbol der Weiblichkeit	99
<i>Die Funktion der Brüste</i>	99
<i>Funktionsstörungen der Brüste</i>	99
<i>Der »Brusttyp«</i>	101
<i>Was können Sie für Ihre Brüste tun?</i>	108
Die Gallenblase: ein Speicher für Ärger	111
<i>Die Funktion der Gallenblase</i>	111
<i>Funktionsstörungen der Gallenblase</i>	112
<i>Der »Gallentyp«</i>	113
<i>Was können Sie für Ihre Gallenblase tun?</i>	116
Die Leber: das Fundament der Persönlichkeit	119
<i>Unser Entgiftungszentrum</i>	119
<i>Die Funktion der Leber</i>	120
<i>Die »weibliche« Leber</i>	122
<i>Funktionsstörungen der Leber</i>	126
<i>Der »Lebertyp«</i>	130
<i>Was können Sie für Ihre Leber tun?</i>	141
Die Leber und das Cholesterin	147
<i>Die Wirkungsweise des Cholesterins</i>	147
<i>Das »gute« und das »schlechte Cholesterin«</i>	148
<i>Störungen in Zusammenhang mit Cholesterin</i>	148
<i>Was können Sie tun?</i>	149
Der Magen und der Zwölffingerdarm: das soziale Ich	152
<i>Die Funktion von Magen und Zwölffingerdarm</i>	152
<i>Funktionsstörungen von Magen und Zwölffingerdarm</i>	153
<i>Der »Magen-Zwölffingerdarm-Typ«</i>	154
<i>Was können Sie für Magen und Zwölffingerdarm tun?</i>	165
Bauchspeicheldrüse und Milz: eine schwierige Aufgabe	169
<i>Die Funktion von Bauchspeicheldrüse und Milz</i>	169
<i>Funktionsstörungen von Bauchspeicheldrüse und Milz</i>	170
<i>Der »Bauchspeicheldrüsen-Milz-Typ«</i>	171
<i>Übersicht über die Reaktionen der Milz</i>	176
<i>Was können Sie für Bauchspeicheldrüse und Milz tun?</i>	179
Der Darm: ein langer Weg	182
<i>Die Funktion des Darms</i>	182

<i>Funktionsstörungen des Darms</i>	183
<i>Der »Darmtyp«</i>	186
<i>Was können Sie für Ihren Darm tun?</i>	192
Die Nieren: so verschieden wie Stiefschwestern	195
<i>Die Funktion der Nieren</i>	195
<i>Funktionsstörungen der Nieren</i>	196
<i>Der »Nierentyp«</i>	199
<i>Was können Sie für Ihre Nieren tun?</i>	206
Die Harnblase: pausenlose Kontrolle	210
<i>Die Funktion der Harnblase</i>	210
<i>Funktionsstörungen der Harnblase</i>	211
<i>Ein Problem nur der Frauen?</i>	212
<i>Der »Harnblasentyp«</i>	212
<i>Was können Sie für Ihre Harnblase tun?</i>	216
Die Geschlechtsorgane: Ursprung und Zukunft	218
<i>Die Funktion der Geschlechtsorgane</i>	218
<i>Die Bedeutung des Geruchssinns</i>	222
<i>Erwachende Sinne</i>	224
<i>Funktionsstörungen der Geschlechtsorgane</i>	225
<i>Der »Genitaltyp«, Frau oder Mann</i>	230
<i>Was können Sie für Ihre Geschlechtsorgane tun?</i>	236
Die Haut: unser »Aushängeschild«	241
<i>Die Funktion der Haut</i>	241
<i>Die Haut: eine hochempfindliche Hülle</i>	243
<i>Funktionsstörungen der Haut</i>	245
<i>Der »Hauttyp«</i>	245
<i>Was können Sie für Ihre Haut tun?</i>	247
Dritter Teil	
Sanfte Medizin	249
Unser wertvollstes Gut	250
<i>Die Suche nach dem Gleichgewicht</i>	250
<i>Ihr Pfad zur Gesundheit</i>	251
<i>Die Erziehung der Kinder und der jungen Sportler</i>	253

Das Gleichgewicht in unserem Körper respektieren	255
<i>Psychische Ausgeglichenheit</i>	255
<i>Das körperliche Gleichgewicht</i>	257
Viszerale Manipulation – gut für die Organe	271
<i>Die Bewegungen unserer Organe</i>	271
<i>Was kann die viszerale Manipulation bewirken?</i>	278
<i>Den Therapeuten sorgfältig auswählen</i>	281
<i>Ausgewählte Adressen</i>	282
Dank	285
Impressum	287