

# Inhalt

---

## *Einleitendes Essay*

Das Herz – ein Paradigmenwechsel beginnt .....	9
--	---

## *Kapitel 1*

Das Verständnis vom Herz im Wandel der Zeit .....	16
---	----

## *Kapitel 2*

Das Herz – Vermittler in Sachen Gefühle! .....	20
--	----

## *Kapitel 3*

Harmonie und Balance – bestimmend für die vegetative Gesundheit .....	30
--	----

## *Kapitel 4*

„Alles schwingt“ – Chronobiologie und Chronomedizin ... <i>Ein Gastbeitrag von Prof. Dr. Maximilian Moser</i>	48
--	----

## *Kapitel 5*

Harmonie lässt sich trainieren – das Vegetativum in Balance .....	67
--	----

## *Kapitel 6*

Die Kraft des Herzens – Gefühle wirken .....	77
--	----

## *Kapitel 7*

Typisch Mensch: Leben gegen die natürlichen Rhythmen ..	98
---	----

## *Kapitel 8*

Verzeihen, Beten, Meditieren ... .....	106
--	-----

## *Kapitel 9*

Erstaunliche Zusammenhänge: Herz – Erde – Sonne .....	121
---	-----

## *Kapitel 10*

Grundlagen wirksamer Therapie: Vegetativum und chronische Entzündungen .....	133
---	-----

<i>Kapitel 11</i>	
Bluthochdruck und Herzerkrankungen – seelische Verletzungen nicht übersehen! . . . . .	140
<i>Kapitel 12</i>	
Burn-out – vor allem eine Frage der Lebensperspektive . . . . .	148
<i>Kapitel 13</i>	
Krebs – immer eine Schicksalsfrage . . . . .	157
<i>Kapitel 14</i>	
Auf dem Weg zu einer neuen Herzlehre! . . . . .	171
<i>Ausblick</i> . . . . .	184
<i>Zum guten Schluss</i> . . . . .	186
<i>Nützliche Adressen und Internetseiten</i> . . . . .	188
<i>Über den Autor</i> . . . . .	189