

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Zur Schriftenreihe allgemein</b>	<b>1</b>
<b>Vorwort zu diesem Band</b>	<b>6</b>
<b>1. Die physischen Atemorgane</b>	<b>10</b>
1.1 Das zentrale Zwerchfell	13
1.2 Die Organe der Luftbewegung	21
1.2.1 Die Nase	21
1.2.2 Der Mundraum und Kehlkopf	22
1.2.3 Die Luftröhre und der Bronchialbaum	24
1.2.4 Die Lungen	25
1.3 Die Steuerung der Atmung	28
<b>2. Die Atemorgane aus ganzheitlicher Sicht</b>	<b>34</b>
2.1 Das Atemsystem in der Chinesischen Medizin	35
2.2 Lungenatmung und Bewegung	40
2.3 Lungenatmung und Rhythmus	44
2.4 Die Harmonik der Lungenatmung	46
<b>3. Der Atem aus spiritueller Sicht</b>	<b>50</b>
3.1 Das Mandala als Sinnbild des Atems	54
3.2 Die Atem-Kunst	62
<b>4. Die ganzheitliche Behandlung der Atemorgane</b>	<b>68</b>
4.1 Heilpflanzen	70
4.1.1 Thymian ( <i>Thymus vulgaris</i> )	71
4.1.2 Spitzwegerich ( <i>Plantago lanceolata</i> ) und Großer Wegerich ( <i>Plantago major</i> )	71
4.1.3 Salbei ( <i>Salvia officinalis</i> )	72
4.1.4 Gundermann ( <i>Glechoma hederacea</i> )	72
4.1.5 Alantwurzel ( <i>Inula helenium</i> )	73
4.1.6 Lungenkraut ( <i>Pulmonaria officinalis</i> )	74
4.1.7 Huflattich ( <i>Tussilago farfara</i> )	75
4.2 Öle und Säfte	75
4.3 Heilnahrung	77

## **INHALTSVERZEICHNIS**

<b>5. Die homöopathische Behandlung des Atemsystems</b>	<b>82</b>
5.1 Die Atemorgane aus miasmatischer Sicht	84
5.2 Homöopathische Arzneien für die Atemorgane	92
5.3 Die Parasitose und ihre Behandlung	106
5.4 Die unteren Atemorgane, ihre Konflikte und Lösungen	110
5.4.1 Lunge und Bronchien – Todesangstkonflikt	110
5.4.2 Pneumonie (Lungenentzündung) Opferhaltung	115
5.4.3 Lungenfibrose – „alte Narben“	116
5.4.4 Bronchien – Revier-Angstkonflikt	120
5.4.5 Asthma – Erstickungsangst	122
5.4.6 Pleuraerguss – Frontalangriff	126
5.5 Die oberen Luftwege, ihre Konflikte und Lösungen	128
5.5.1 Nasenschleimhaut – „Stinke-Konflikt“	128
5.5.2 Rachen, Kehlkopf – Schreck-Angstkonflikt	130
<b>Anhang</b>	<b>134</b>