

Inhalt

Vorwort	9
Theorie	11
Einleitung	12
Gesundheit	12
Selbstdiagnose leicht gemacht	13
Krankheit	14
Gesichtlesetechniken	15
Unterschiedliche Techniken für ein Gesamtbild	15
Antlitzdiagnostik	15
Irisdiagnostik	16
Zungendiagnostik	17
Mimik	17
Körpersprache	18
Physiognomik	19
Siang Mien	19
Die Praxis der Antlitzdiagnose	20
Traditionelle chinesische Medizin	21
Die Organuhr	22
Das Meridiansystem	26
Meridian-Dehnungsübungen	27
Heilkräuter, Hausmittel und Homöopathie	28
Hausmittel	29
Schüßler-Salze	30
Homöopathie	31

Praxis.....	33
Drei Diagnosetechniken	34
Traditionelle chinesische Medizin	34
Pathophysiognomik	35
Antlitzdiagnostik	36
Worauf achte ich beim Gesundheitslesen?	37
Wofür steht welche Farbe?	37
Hinweise zum nächsten Kapitel	38
 Zeichen im Gesicht: Organzuordnung und -stärkung	40
Eine Geschichte zur Lunge: Die Flugreise	40
Die Lunge	41
Rezepturen	49
Eine Geschichte zum Dickdarm: Geschädigte Darmflora	53
Der Dickdarm	54
Rezepturen	59
Eine Geschichte zum Magen: Das Roemheld-Syndrom	64
Der Magen	65
Rezepturen	71
Eine Geschichte zur Milz: Epstein-Barr-Virus	75
Die Milz	76
Rezepturen	79
Eine Geschichte zur Bauchspeicheldrüse:	
Diabetische Stoffwechsellage	81
Die Bauchspeicheldrüse	81
Rezepturen	86
Eine Geschichte zum Herz: Lebensrhythmus	88
Das Herz	88
Rezepturen	93
Eine Geschichte zum Dünndarm: Darmentzündung	96
Der Dünndarm	96
Rezepturen	100

Eine Geschichte zur Blase: Blasenentzündung	102
Die Blase	103
Rezepturen	106
Eine Geschichte zur Niere: Etwas geht an die Nieren	108
Die Niere	109
Rezepturen	113
Eine Geschichte zur Leber: Die Müdigkeit der Leber	116
Die Leber	116
Rezepturen	121
Eine Geschichte zur Gallenblase: Ärger und Gallensteine	124
Die Gallenblase	125
Rezepturen	129
Eine Geschichte zur Schilddrüse: Persönlichkeit, Lebensaufgaben und Talentlinien	132
Die Schilddrüse	133
Rezepturen	136
Eine Geschichte zum Stoffwechsel: Wechseljahre	138
Der Stoffwechsel	140
Rezepturen	146
Fotos zum Üben	149
Gesunde Lebensführung	155
Ernährung	155
Schlaf	156
Psychisches und emotionales Wohlbefinden	157
Schlusswort	159
Literatur	160