

Christian Fazekas

Psychosomatische Intelligenz

Spüren und Denken –  
ein Doppelleben

SpringerWienNewYork

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort .....</b>	<b>VII</b>
----------------------	------------

## Erster Teil

<b>Kapitel 1. Psychosomatik: Körperlicher Alltag .....</b>	<b>3</b>
Signale des Körpers.....	3
Im Getriebe des Alltags.....	8
Bodenkontakt .....	13
Spüren .....	20
Die psychosomatische Kompetenz des Säuglings .....	31
Das ganz normale Doppelleben.....	49
Bindung und Beziehung .....	57
 <b>Kapitel 2. Psychosomatik: Die Macht des Denkens.....</b>	 <b>75</b>
Ausflug in die Philosophie .....	75
Zur Psychosomatik der Gegenwart.....	85
Alarmierter Organismus .....	101
Im Dauerstress.....	109
Potenziale des Gehirns .....	118
Schnell und mühelos .....	138
 <b>Kapitel 3. Intelligenz: Der Körper als Basis.....</b>	 <b>145</b>
Heiße Themen .....	147
Vielfalt des Geistes.....	158
Emotionale Intelligenz.....	167

## Zweiter Teil

<b>Kapitel 4. Psychosomatische Intelligenz .....</b>	<b>177</b>
Frühe und neuere Experimente .....	177
Was ist PI? .....	181
Psychosomatische Genies .....	193
Leben, ohne sich zu spüren .....	199
Bitte, messen Sie meinen P-IQ! .....	207
<b>Kapitel 5. Geheimnisvolle Gesundheit .....</b>	<b>211</b>
Aus erster Hand .....	212
Macht Kränkung krank? .....	220
Flexible Herzen .....	228
Abkühlen oder ausbrennen .....	234
Kreativ und konsequent .....	242
<b>Kapitel 6. Persönliche Freiheitsgrade .....</b>	<b>249</b>
Wenn du so bist wie dein Lachen .....	250
Licht und Schatten .....	258
PI im Alltag .....	269
Wohin des Weges? .....	277
<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>281</b>