

Inhalt

| | |
|-------------------------|----|
| Danksagung | V |
| Vorworte | VI |
| Einleitung | 1 |

Teil 1: Einführung in die Psychosomatik

| | | |
|----------|---|----|
| 1 | Der Mensch in seiner Ganzheitlichkeit | 5 |
| 1.1 | Gesundheit | 5 |
| 1.2 | Krankheit – ein komplexes Geschehen | 7 |
| 1.2.1 | Hintergründe von Krankheit aus der Sicht eines Psychoanalytikers | 8 |
| 1.3 | Der leidende Mensch | 9 |
| 1.4 | Klassische Medizin oder Psychotherapie | 11 |
| 1.5 | Geschichte der Psychosomatik | 13 |
| 1.6 | Verschiedene Ansätze in der Psychosomatik | 14 |
| 1.7 | Ein erweiterter Begriff von Psychosomatik | 15 |
| 2 | Körper und Psyche | 17 |
| 2.1 | Psyche „gegen“ Körper – die Polarität | 17 |
| 2.1.1 | Ausbeutung | 17 |
| 2.1.2 | Glaube und Wissenschaft | 17 |
| 2.1.3 | Mens sana in corpore sano | 18 |
| 2.2 | Psyche und Körper – die Wechselwirkung | 19 |
| 2.2.1 | Der gestörte Fluss der Energie – die Krankheit – sind wir selbst! | 20 |
| 2.2.2 | Wenn die Gefühle nach außen drängen | 21 |
| 2.3 | Das Verhältnis des Menschen zu seinem Körper | 21 |
| 2.3.1 | Placebo: Die Macht der Seele über den Körper | 22 |
| 2.3.2 | Der Hypochonder | 22 |
| 2.3.3 | Krankheit – ohne körperliche Störung | 23 |
| 3 | Die Sprache des Körpers | 25 |
| 3.1 | Ein neuer ganzheitlicher Ansatz | 26 |
| 3.2 | Möglichkeiten des Erkennens von „seelischen Belastungen“ – ganzheitlich | 26 |
| 3.3 | Der Körper als Gleichnis | 27 |
| 3.4 | Umdeutung von körperlichen Aufgaben auf innere Zusammenhänge | 28 |
| 3.5 | Phänomene des Körpers | 30 |
| 3.5.1 | Symbol | 31 |
| 3.5.2 | Analogie | 31 |
| 3.5.3 | Dick | 31 |
| 3.5.4 | Dünn | 32 |
| 3.5.5 | Oberkörper – Unterkörper Trennung | 33 |
| 3.5.6 | Rumpf – Gliedmaßen Trennung | 33 |
| 3.5.7 | Tief liegende Augen | 33 |

| | | |
|--------|----------------------------|----|
| 3.5.8 | Hervorstehende Augen | 33 |
| 3.5.9 | Rote Haare | 34 |
| 3.5.10 | Verhaltensauffällig | 34 |

Teil 2: Grundlagen der speziellen Psychosomatik

| | | |
|----------|---|-----------|
| 4 | Die Vielschichtigkeit des Menschen | 37 |
| 4.1 | Einleitung | 37 |
| 4.2 | Das System Mensch in seiner Vielschichtigkeit und Komplexität | 37 |
| 4.3 | Die Welt | 37 |
| 4.3.1 | Die Eigen-Welt | 38 |
| 4.3.2 | Mit-Welt | 39 |
| 4.3.3 | Um-Welt | 39 |
| 4.3.4 | Die Welt | 40 |
| 4.3.5 | Die Spuren der Welt – Eine erste Wanderung durch die Ebenen des Menschen | 44 |
| 4.3.6 | Die Spuren der körperlichen Welt | 44 |
| 4.3.7 | Die Spuren der emotionalen Welt | 45 |
| 4.3.8 | Die Spuren der energetischen Felder | 45 |
| 4.3.9 | Die Spuren aus dem Reich der Farben | 46 |
| 4.3.10 | Die Spuren fremder Gedanken | 46 |
| 4.3.11 | Die Spuren fremder charakterlicher Strukturen | 46 |
| 4.3.12 | Die Spuren eines anderen geistigen Bereiches | 47 |
| 4.4 | Die sieben Ebenen im Menschen | 47 |
| 4.4.1 | Die Ebene des Körpers | 49 |
| 4.4.2 | Die Ebene des Gefühls | 52 |
| 4.4.3 | Die Ebene der Energie | 55 |
| 4.4.4 | Die Ebene der Farbe | 60 |
| 4.4.5 | Die Ebene des Bewusstseins | 60 |
| 4.4.6 | Die Ebene des Charakters | 63 |
| 4.4.7 | Die Ebene des Geistes | 64 |
| 4.5 | Was ist die Seele? | 66 |
| 4.6 | Die 7 Ebenen des Menschen im Überblick | 67 |
| 4.7 | Die Beziehung der einzelnen Ebenen untereinander | 69 |
| 4.7.1 | Das Zusammenspiel der Ebenen Geist – Charakter – Bewusstsein – Farbe – Energie – Gefühl – Körper | 69 |
| 4.7.2 | Eigenständigkeit der Ebenen | 71 |
| 4.7.3 | Die Pufferung | 71 |
| 4.7.4 | Die Trägheit der einzelnen Ebenen | 71 |
| 4.7.5 | Die Veränderbarkeit der einzelnen Ebenen | 72 |
| 4.7.6 | Die Möglichkeiten und Grenzen von Interventionen | 72 |
| 4.7.7 | Das Öffnen und Verschließen von einzelnen Ebenen | 73 |
| 4.7.8 | Blockaden | 73 |
| 4.7.9 | Verdrängung | 73 |
| 4.7.10 | Naiv offen, offen für alles | 74 |
| 4.8 | Ganzheit | 74 |
| 4.8.1 | Intrapersonale Kommunikation | 75 |
| 4.8.2 | Interpersonale Kommunikation | 76 |
| 4.8.3 | Integration | 76 |

| | | |
|----------|--|-----------|
| 4.8.4 | Entfremdung | 77 |
| 4.8.5 | Spaltung | 77 |
| 4.8.6 | Abspaltung | 78 |
| 4.9 | Die Ebene des Unbewussten/Ungeklärte Phänomene | 78 |
| 4.10 | Die sozio-kulturelle Dimension von Erkrankung | 78 |
| 5 | Einführung in die Existenzanalyse nach Viktor E. Frankl | 81 |
| 5.1 | Viktor E. Frankl | 81 |
| 5.2 | Die Frage nach dem Sinn | 81 |
| 5.3 | Werte | 81 |
| 5.3.1 | Gedachte Werte – Gelebte Werte | 82 |
| 5.3.2 | Grundwert | 83 |
| 5.3.3 | Selbstwert | 83 |
| 5.3.4 | Erlebniswerte | 83 |
| 5.3.5 | Schöpferische Werte | 84 |
| 5.3.6 | Einstellungswerte | 84 |
| 5.4 | Berührbarkeit | 85 |
| 5.5 | Person und Selbst, der Charakter | 85 |
| 5.6 | Der freie Wille | 86 |
| 5.7 | Logotherapie und Existenzanalyse | 87 |
| 5.7.1 | Logotherapie | 87 |
| 5.7.2 | Existenzanalyse | 87 |
| 5.8 | Hyperreflexion und Dereflexion | 88 |
| 5.8.1 | Hyperreflexion und Depression | 88 |
| 5.8.2 | Dereflexion | 89 |
| 5.8.3 | Person, Charakter (Selbst), Persönlichkeit | 89 |
| 5.9 | Überlegungen zur phänomenologischen Betrachtungsweise des Menschen | 90 |
| 5.9.1 | Deutung | 90 |
| 5.9.2 | Interpretation | 91 |
| 5.9.3 | Spekulation, Vermutung | 91 |
| 5.9.4 | Unterstellung, Beschuldigung | 91 |
| 5.9.5 | Vorstellung | 92 |
| 5.9.6 | Phänomenologie | 92 |
| 6 | Einführung in die Biochemie nach Dr. Schüßler | 93 |
| 6.1 | Die biochemischen Mineralstoffe | 94 |
| 6.1.1 | Calcium fluoratum Nr. 1 (Flussspat) | 94 |
| 6.1.2 | Calcium phosphoricum Nr. 2 | 95 |
| 6.1.3 | Ferrum phosphoricum Nr. 3 | 95 |
| 6.1.4 | Kalium chloratum Nr. 4 | 95 |
| 6.1.5 | Kalium chloratum Nr. 5 | 95 |
| 6.1.6 | Kalium sulfuricum Nr. 6 | 96 |
| 6.1.7 | Magnesium phosphoricum Nr. 7 | 96 |
| 6.1.8 | Natrium chloratum Nr. 8 | 96 |
| 6.1.9 | Natrium phosphoricum Nr. 9 | 97 |
| 6.1.10 | Natrium sulfuricum Nr. 10 | 97 |
| 6.1.11 | Silicea Nr. 11 | 98 |
| 6.1.12 | Calcium sulfuricum Nr. 12 | 98 |
| 6.1.13 | Kalium jodatum Nr. 15 | 98 |
| 6.1.14 | Calcium carbonicum Nr. 22 | 99 |

| | | |
|----------|--|------------|
| 6.2 | Einnahme | 99 |
| 6.3 | Die Menge der Mineralstoffe. | 99 |
| 6.4 | Das Zusammenwirken mit anderen Heilweisen. | 100 |
| 6.5 | Das Auffüllen der Speicher | 100 |
| 6.6 | Vorsorge | 100 |
| 6.7 | Dosierung. | 101 |
| 6.8 | Äußere Anwendung: Mineralstoffe als Cremegel, Salbe oder Gel | 101 |
| 6.9 | Entstehung von Mängeln. | 102 |
| 6.10 | Mangelzeichen – Zeichen eines lebendigen Lebens. | 103 |
| 6.11 | Auswirkungen der Einnahme der Mineralstoffe nach Dr. Schüßler | 104 |
| 6.12 | Mögliche Heilreaktionen | 104 |
| 6.13 | Die Bedeutung der Mineralstoffspeicher im Körper. | 107 |
| 6.13.1 | Der Körper – ein Vorsorgewesen | 107 |
| 6.13.2 | Das Auffüllen von Speichern. | 109 |
| 6.14 | Psychosomatik in der Biochemie | 110 |
| 7 | Der Zusammenhang zwischen Charakter und Mineralstoffverbrauch | 115 |
| 7.1 | Woher kommen die Störungen? | 115 |
| 7.2 | Auswirkungen von „inneren“ Störungen auf den Körper | 115 |
| 7.3 | Auswirkungen von „äußeren“ Störungen auf den Körper: „Moderne“ Einflüsse auf die Ganzheit des Menschen | 116 |
| 7.3.1 | Der „Wärmetod des Gefühls“ | 116 |
| 7.3.2 | Die Gesellschaft | 118 |
| 7.3.3 | Erziehung, frühkindliche Erfahrungen | 119 |
| 7.3.4 | Götzen der Gesellschaft. | 120 |
| 7.3.5 | Leistung, Selbstverleugnung | 120 |
| 7.3.6 | Vorschriften | 121 |
| 7.3.7 | Der psychosoziale Druck | 122 |
| 7.3.8 | Individualität – Individualismus | 122 |
| 7.3.9 | Abgrenzung | 123 |
| 7.4 | Störungen werden sichtbar | 124 |
| 7.5 | Der Charakter des Menschen, ein Ausschnitt aus den Möglichkeiten in der Ebene des Charakters | 124 |
| 7.6 | Eine neue Typologie? | 125 |
| 7.7 | Warum Schüßler-Salze bei Störungen im Charakter? Was hat das für Auswirkungen? | 126 |
| 7.8 | Was bringt das Wissen um die charakterlichen Zusammenhänge dem Laien? | 126 |
| 7.9 | Was bringt das Wissen um die charakterlichen Zusammenhänge in der täglichen Praxis? | 127 |
| 7.10 | Die Praxis der Beratung auf der Ebene des Charakters | 128 |
| 7.11 | Aufarbeitung – Bearbeitung | 128 |
| 8 | Ansätze für eine heutige Therapie | 131 |
| 8.1 | Ansätze zur Heilung von Psyche und Körper – des ganzen Menschen. | 131 |
| 8.1.1 | Gesund oder geheilt? | 131 |
| 8.1.2 | „Die Spur des Anderen“. | 134 |
| 8.1.3 | Hintergründe zur Behebung der Störung | 135 |
| 8.1.4 | Förderliche und hemmende Prozesse im Verlauf einer Behandlung. | 135 |
| 8.1.5 | Die Voraussetzungen für eine Lösung. | 136 |
| 8.2 | Weitere für eine erfolgreiche Behandlung bedeutende Themen. | 137 |

| | | |
|--------|--|-----|
| 8.2.1 | Die Frage nach dem Sinn des Lebens | 137 |
| 8.2.2 | Lebendigkeit – Veränderungen – Neue Antworten | 138 |
| 8.2.3 | Bindungen – Abhängigkeiten | 139 |
| 8.2.4 | Aggression – der Ausdruck einer aktiven Lebensgestaltung | 141 |
| 8.2.5 | Autoaggression: Rheumatoide Arthritis | 141 |
| 8.2.6 | Harmonie und Aggression. | 142 |
| 8.2.7 | Der freie Wille/die freie Entscheidung | 143 |
| 8.2.8 | Von der Identifikation zur Identität | 143 |
| 8.2.9 | Glauben | 147 |
| 8.2.10 | Freude – das Lebenselixier eines lebendigen Wesens | 147 |
| 8.2.11 | Dankbarkeit – die Grundeinstellung zum Leben | 148 |
| 8.2.12 | Vertrauen | 151 |
| 8.2.13 | Liebe – die Entfaltung des Lebens | 152 |
| 8.2.14 | Geschlechterrollen | 153 |

Teil 3: Materia medica

| | | |
|-----------|---|------------|
| 9 | Einleitung | 161 |
| 10 | Eine kurze Einführung in die den einzelnen Mineralstoffen zugeschriebenen charakterlichen Strukturen | 163 |
| 11 | Calcium fluoratum Nr. 1 und charakterliche Strukturen | 165 |
| 11.1 | Charakteristik der physiologischen biochemischen Zusammenhänge. | 165 |
| 11.2 | Themen von Calcium fluoratum | 165 |
| 11.3 | Der Schutz des eigenen Lebens. | 166 |
| 11.3.1 | Das Eigene | 166 |
| 11.3.2 | Der Schutz | 167 |
| 11.3.3 | Der Schutz des eigenen Lebens. | 167 |
| 11.4 | Das Ansehen | 167 |
| 11.5 | Der eigene Standpunkt bzw. Standfläche | 168 |
| 11.5.1 | Verhärtung, Versteifung. | 168 |
| 11.5.2 | Den eigenen Standpunkt verlassen können | 168 |
| 11.6 | Selbstverteidigung | 169 |
| 11.7 | Durchsetzungsvermögen | 169 |
| 11.8 | Beispielwirksamkeit der Eltern | 170 |
| 11.8.1 | Erziehung als Schlüssel für das Verständnis von Geschichte und Gesellschaft. | 170 |
| 11.8.2 | Die „Schwarze Pädagogik“: Brutstätte des Hasses | 170 |
| 11.8.3 | Die falschen Grundsätze und Meinungen der „Schwarzen Pädagogik“. | 171 |
| 11.8.4 | Die wirklichen Zusammenhänge. | 171 |
| 11.8.5 | Der Hauptmechanismus der „Schwarzen Pädagogik“: Abspaltung und Projektion | 172 |
| 11.8.6 | Umdeutung in körperliche Symptome | 173 |
| 11.9 | Der gute Eindruck beim anderen | 173 |
| 11.10 | Das Vor-Urteil der anderen | 175 |
| 11.11 | Die Angst vor anderen nicht bestehen zu können. | 175 |
| 11.12 | Die Bewährung vor den anderen | 176 |
| 11.13 | Distanzierungsfähigkeit | 176 |
| 11.14 | Abgrenzung | 177 |
| 11.14.1 | Einen Punkt machen können | 177 |

| | | |
|-----------|--|------------|
| 11.14.2 | Nein sagen können | 177 |
| 11.14.3 | Eine dünne Haut | 177 |
| 11.14.4 | Eine dicke Haut | 178 |
| 11.15 | Schutzmauern | 178 |
| 11.16 | Etwas abschließen können | 179 |
| 11.17 | Vom Vertrauen ins eigene Können | 180 |
| 11.18 | Spannung und Entspannung – Materialermüdung | 180 |
| 11.19 | Flexibilität – eine Grundnotwendigkeit für das Leben. | 181 |
| 11.20 | Die Alzheimer Krankheit | 182 |
| 11.21 | Häufige Aussagen bei Calcium fluoratum Nr. 1 | 182 |
| 11.22 | Zusammenfassung | 183 |
| 12 | Calcium phosphoricum Nr. 2 und charakterliche Strukturen | 185 |
| 12.1 | Charakteristik der physiologischen biochemischen Zusammenhänge. | 185 |
| 12.2 | Oberflächlichkeit | 185 |
| 12.3 | Kindheitserlebnisse | 186 |
| 12.4 | Bedingungen für Zuwendung | 186 |
| 12.5 | Bilder von der Gefährdung des eigenen Lebens. | 187 |
| 12.5.1 | Angst | 187 |
| 12.5.2 | Bilder, die Angst machen. | 187 |
| 12.6 | Die Tatsache der eigenen Existenz – das Angewiesensein auf ihre Bestätigung | 187 |
| 12.7 | Das „Swimming pool syndrome“ | 188 |
| 12.8 | Die Erlaubnis zum Leben. | 188 |
| 12.8.1 | Spannung und Schmerz. | 190 |
| 12.9 | Der eigene Raum zum Leben und seine Eroberung. | 190 |
| 12.10 | Lockerung der angespannten „Verhältnisse“ | 191 |
| 12.10.1 | Krampfadern | 191 |
| 12.10.2 | Wenn der Beweis der Existenz Not tut, entsteht eine Beweisnot für die Existenz | 192 |
| 12.11 | Übergänge im Leben – Lebensräume | 193 |
| 12.11.1 | Ein Beispiel: der Baum | 193 |
| 12.11.2 | Die Umdeutung auf das menschliche Leben | 194 |
| 12.11.3 | Das Festhalten an bestimmten Lebensphasen blockiert den Fluss des Lebens. | 195 |
| 12.11.4 | Das Vertrauen in das eigene Leben. | 196 |
| 12.12 | Die Osteoporose – nur ein körperliches Problem?. | 197 |
| 12.13 | Häufige Aussagen bei Calcium phosphoricum Nr. 2 | 199 |
| 12.14 | Zusammenfassung | 199 |
| 13 | Ferrum phosphoricum Nr. 3 und charakterliche Strukturen | 201 |
| 13.1 | Charakteristik der physiologischen biochemischen Zusammenhänge. | 201 |
| 13.2 | Das Sich-Vorfinden in der Welt. | 202 |
| 13.3 | Auseinandersetzung. | 202 |
| 13.4 | Von der Funktionalisierung zur Beziehung. | 203 |
| 13.5 | Person oder Selbst | 204 |
| 13.5.1 | Von der Enge in die Weite | 205 |
| 13.5.2 | Vom Machtkampf zum gegenseitigen Austausch | 206 |
| 13.5.3 | Von der Identifikation zur Identität | 206 |
| 13.6 | Die Reibung mit der Welt | 207 |
| 13.6.1 | Die Reibung mit der Enge | 207 |
| 13.6.2 | Die Reibung an der Weite | 208 |
| 13.6.3 | Das eigene Tempo | 208 |

| | | |
|-----------|---|------------|
| 13.6.4 | Die eigene Betriebstemperatur | 208 |
| 13.7 | Gefährdung des Lebens | 209 |
| 13.8 | Übertreibung | 210 |
| 13.9 | Rastlosigkeit, Ruhelosigkeit. | 210 |
| 13.10 | Die Zeit der Schwangerschaft | 210 |
| 13.11 | Gestaltung der Welt. | 211 |
| 13.12 | Vom Zugang zur Welt | 212 |
| 13.13 | Der Tanz mit dem Leben – im Rhythmus des Lebens | 213 |
| 13.14 | Häufige Aussagen bei Ferrum phosphoricum Nr. 3 | 214 |
| 13.15 | Zusammenfassung | 214 |
| 14 | Kalium chloratum Nr. 4 und charakterliche Strukturen | 217 |
| 14.1 | Charakteristik der physiologischen biochemischen Zusammenhänge. | 217 |
| 14.2 | Gefühls- und Gemütshaushalt. | 218 |
| 14.3 | Gefühle und der Verbrauch von Kalium chloratum Nr. 4 | 218 |
| 14.4 | Die Bedeutung der beiden Hemisphären: der männlichen und der weiblichen | 218 |
| 14.5 | Die Spuren der Welt | 219 |
| 14.5.1 | Die Spuren der Welt auf der körperlichen Ebene | 219 |
| 14.6 | Mit-Leid und Mit-Gefühl. | 220 |
| 14.7 | Gefühlsunterdrückung – Entfremdung von Gefühlen | 223 |
| 14.8 | Die Bedeutung des Energiefeldes im zwischenmenschlichen Bereich | 224 |
| 14.8.1 | Die Begegnung im Hinblick auf das Energiefeld | 224 |
| 14.8.2 | Begegnung Erwachsener – Erwachsener | 224 |
| 14.8.3 | Krisen in Beziehungen durch belastende Störfelder | 224 |
| 14.8.4 | Begegnung Erwachsener – Kind | 224 |
| 14.8.5 | Begegnung Mensch – Tier. | 225 |
| 14.8.6 | Begegnung: Mensch – Natur. | 225 |
| 14.9 | Gedanken und Gefühle – Intrapersonale Prozesse. | 225 |
| 14.10 | Leben aus dem Bauch heraus | 226 |
| 14.11 | Gefühl oder Gespür? | 227 |
| 14.12 | Wahrnehmung der Befindlichkeit. | 227 |
| 14.13 | Der freie Fluss der Gefühle | 228 |
| 14.14 | Zwanghaftigkeit | 229 |
| 14.15 | Enttäuschungen | 229 |
| 14.16 | Erfüllung von Erwartungen. | 229 |
| 14.17 | Lust oder Wert? | 230 |
| 14.18 | Häufige Aussagen bei Kalium chloratum Nr. 4. | 230 |
| 14.19 | Zusammenfassung | 231 |
| 15 | Kalium phosphoricum Nr. 5 und charakterliche Strukturen | 233 |
| 15.1 | Charakteristik der physiologischen biochemischen Zusammenhänge. | 233 |
| 15.2 | Einsatz | 233 |
| 15.3 | Überforderung von außen. | 234 |
| 15.4 | Überforderung von innen | 234 |
| 15.5 | Die Zähne zusammenbeißen. | 235 |
| 15.6 | Beschwerden mit dem Charakter einer Depression. | 236 |
| 15.6.1 | Die Depression in der traditionellen Psychosomatik | 236 |
| 15.6.2 | Überforderung – Migräne | 237 |
| 15.7 | Burn out. | 237 |
| 15.8 | Der Wert des eigenen Lebens | 238 |

| | | |
|-----------|---|------------|
| 15.9 | Über-Ich | 239 |
| 15.10 | Leistung | 240 |
| 15.11 | Das Bewusstsein als Begrenzung | 241 |
| 15.11.1 | Persönlichkeit und Bewusstsein | 241 |
| 15.11.2 | Bewusstsein ist alles | 242 |
| 15.11.3 | Grenzen des Bewusstseins | 242 |
| 15.11.4 | Deutung der Welt durch das Bewusstsein | 242 |
| 15.11.5 | Inhalte | 243 |
| 15.11.6 | Was sind die Inhalte des Bewusstseins? | 243 |
| 15.12 | Gedanken | 244 |
| 15.13 | Welche Kraft haben Gedanken? | 244 |
| 15.14 | Die „man“-Kategorien | 246 |
| 15.15 | Häufige Aussagen bei Kalium chloratum Nr. 5 | 247 |
| 15.16 | Zusammenfassung | 248 |
| 16 | Kalium sulfuricum Nr. 6 und charakterliche Strukturen | 249 |
| 16.1 | Charakteristik der physiologischen biochemischen Zusammenhänge | 249 |
| 16.2 | Von der Not, nicht gesehen zu werden | 249 |
| 16.3 | Der Versuch, zur Welt zu kommen | 250 |
| 16.4 | Die Erfüllung der Erwartungen | 250 |
| 16.5 | Die Erwartungen der anderen | 251 |
| 16.6 | Rücksicht | 251 |
| 16.7 | Ärger | 252 |
| 16.8 | Die Spur des Inneren | 253 |
| 16.9 | Aggression | 253 |
| 16.10 | Selbstverleugnung | 254 |
| 16.11 | „Atemlos“ | 255 |
| 16.12 | Aufmerksamkeitshaltung | 255 |
| 16.13 | Verhaltensmodelle – Verhaltensnormen | 256 |
| 16.14 | Der Druck des „man“ | 257 |
| 16.15 | Lufthunger – Allergien – Störungen der Haut | 258 |
| 16.15.1 | Lufthunger | 258 |
| 16.15.2 | Allergien | 258 |
| 16.15.3 | Störungen der Haut | 259 |
| 16.16 | Häufige Aussagen bei Kalium sulfuricum Nr. 6 | 259 |
| 16.17 | Zusammenfassung | 260 |
| 17 | Magnesium phosphoricum Nr. 7 und charakterliche Strukturen | 261 |
| 17.1 | Charakteristik der physiologischen biochemischen Zusammenhänge | 261 |
| 17.2 | Scham | 262 |
| 17.3 | Spott und Hohn | 263 |
| 17.4 | „Nur eine Frau“ | 263 |
| 17.5 | Blamage | 264 |
| 17.6 | Genieren, blamieren, schämen | 265 |
| 17.7 | Bewährung in Bezug auf das Können | 266 |
| 17.8 | Wie fühlen sich die Erwartungen der anderen an? | 267 |
| 17.9 | Abweichungen in der Erfüllung der Erwartungen | 268 |
| 17.10 | Bilder von der Gefährdung des Selbst | 270 |
| 17.11 | Religion und Scham | 270 |
| 17.12 | Beschämung in der Zudeutung von Sündhaftigkeit | 271 |

| | | |
|-----------|--|------------|
| 17.13 | Der Mensch ist von Natur aus böse – ist eine Zuschreibung im Selbst | 271 |
| 17.14 | Frömmigkeit und Scham | 272 |
| 17.15 | Unterdrückung der Gefühle | 272 |
| 17.16 | Wie alt bist du denn? | 273 |
| 17.17 | Wie gefährdet ist das Selbst? | 273 |
| 17.18 | Auswirkung der emotionalen Spannung auf den Körper | 274 |
| 17.19 | Häufige Aussagen bei Magnesium phosphoricum Nr. 7 | 275 |
| 17.20 | Zusammenfassung | 275 |
| 18 | Natrium chloratum Nr. 8 und charakterliche Strukturen | 277 |
| 18.1 | Charakteristik der physiologischen biochemischen Zusammenhänge | 277 |
| 18.2 | Charakteristik der physiologischen biochemischen Zusammenhänge | 277 |
| 18.3 | Das Selbst | 278 |
| 18.4 | Widerspruch | 278 |
| 18.5 | Konflikte | 278 |
| 18.6 | Handlungsmodelle | 279 |
| 18.7 | Auswirkungen eines begrenzten Bewusstseins | 279 |
| 18.8 | 3 Ebenen | 280 |
| 18.9 | Die Berechtigung zum Leben – erfolgreiche Modelle | 281 |
| 18.10 | „Vorauselender Gehorsam“ | 281 |
| 18.11 | Schmollen | 282 |
| 18.12 | Trennung von Menschen | 282 |
| 18.13 | Umsonst – Ratlosigkeit – Einsamkeit – verzagt | 283 |
| 18.13.1 | Umsonst | 283 |
| 18.13.2 | Ratlosigkeit | 284 |
| 18.13.3 | Einsamkeit | 285 |
| 18.13.4 | Verzagt | 285 |
| 18.14 | Sensibilität ist gefragt – Von der Rückbesinnung auf das eigene Spüren | 286 |
| 18.15 | Der Fluss des Lebens | 287 |
| 18.16 | Erwartungsenttäuschung | 288 |
| 18.17 | Kommunikation oder Begegnung | 289 |
| 18.18 | Harmonie | 289 |
| 18.19 | Harmonie oder Frieden? | 289 |
| 18.20 | Festgefügtes als Blockade | 290 |
| 18.21 | Struktur oder Formlosigkeit | 291 |
| 18.22 | Die freie Wahl der Form | 292 |
| 18.23 | Die Spur des anderen | 292 |
| 18.24 | Die große Enttäuschung | 293 |
| 18.25 | Täuschungen | 293 |
| 18.26 | Neue Antworten | 293 |
| 18.27 | Der Einfluss von festgefügten Strukturen auf den Körper | 294 |
| 18.27.1 | Bewährung ⇔ Neugierde | 294 |
| 18.28 | Häufige Aussagen bei Natrium chloratum Nr. 8 | 296 |
| 18.29 | Zusammenfassung | 296 |
| 19 | Natrium phosphoricum Nr. 9 und charakterliche Strukturen | 299 |
| 19.1 | Charakteristik der physiologischen biochemischen Zusammenhänge | 299 |
| 19.2 | Gewalt | 300 |
| 19.3 | Druck und die Kirche | 300 |
| 19.4 | Augustinus und der Druck zur „Bekehrung“ | 300 |

| | | |
|-----------|--|------------|
| 19.5 | Druck im heutigen Leben | 301 |
| 19.6 | Druck und Emanzipation | 301 |
| 19.7 | Druck in der Erziehung | 301 |
| 19.8 | Ausdruck – Eindruck – Abdruck | 302 |
| 19.9 | Vergewaltigung | 302 |
| 19.10 | Zwangsjacken | 302 |
| 19.11 | Abpolsterung gegen allzu harte Forderungen, Erwartungen, Normen, Befehle | 303 |
| 19.12 | Hineinfressen, angefressen | 303 |
| 19.13 | Erstarrte Formen drücken | 304 |
| 19.14 | Unterdrückung des Lebens | 305 |
| 19.15 | Erwartungen | 305 |
| 19.16 | Nachdruck | 305 |
| 19.17 | Gefängnisse | 306 |
| 19.18 | Ich bin „sauer“! | 307 |
| 19.19 | Manipulation | 308 |
| 19.20 | Verzweckung des Lebens | 308 |
| 19.21 | „Kränkung und Kranksein“ – Depression | 309 |
| 19.22 | Der Einfluss von einseitigen anspannenden Strukturen auf den Körper | 309 |
| 19.22.1 | Pubertät | 309 |
| 19.22.2 | Immunfeld | 310 |
| 19.22.3 | Sauer heilt schlecht | 311 |
| 19.23 | Häufige Aussagen bei Natrium phosphoricum Nr. 9 | 311 |
| 19.24 | Zusammenfassung | 311 |
| 20 | Natrium sulfuricum Nr. 10 und charakterliche Strukturen | 313 |
| 20.1 | Charakteristik der physiologischen biochemischen Zusammenhänge | 313 |
| 20.2 | Aggression | 314 |
| 20.3 | Normal | 315 |
| 20.4 | Wenn es überhaupt keinen Ausweg mehr gibt | 315 |
| 20.4.1 | In der Enge | 315 |
| 20.5 | Hass | 316 |
| 20.5.1 | Ich hasse mich, weil ich dich nicht hassen darf (kann) | 318 |
| 20.5.2 | Ich hasse dich | 319 |
| 20.6 | Aktive oder passive Lebenshaltung? | 320 |
| 20.7 | Rücksicht | 321 |
| 20.7.1 | Was heißt rücksichtslos? | 321 |
| 20.8 | Gefühle | 322 |
| 20.9 | Handlung oder Reaktion | 322 |
| 20.10 | Kontrolle oder freier Fluss | 322 |
| 20.11 | Starke Gefühle | 323 |
| 20.12 | Die (Unterdrückungs-) Geschichte der Emotionen im Menschen | 324 |
| 20.12.1 | Kind | 324 |
| 20.12.2 | Jugend | 326 |
| 20.12.3 | Erwachsene | 327 |
| 20.13 | Beharrung | 328 |
| 20.13.1 | Das war schon immer so | 328 |
| 20.13.2 | Erstarrung als Heimat | 329 |
| 20.14 | Natrium sulfuricum Nr. 10 und die Haut | 330 |
| 20.14.1 | Neurodermitis und Ekzem aus der Sicht der klassischen Psychosomatik | 330 |

| | | |
|-----------|--|------------|
| 20.14.2 | Juckreiz | 331 |
| 20.14.3 | Neurodermitis | 331 |
| 20.14.4 | Abgrenzung | 332 |
| 20.15 | Natrium sulfuricum Nr. 10 und die Verdauung | 332 |
| 20.16 | Auswirkungen spezifischer Strukturen von Nr. 10 auf den Körper | 333 |
| 20.17 | Natrium sulfuricum Nr. 10 und der Alkohol | 334 |
| 20.18 | Häufige Aussagen bei Natrium sulfuricum Nr. 10. | 334 |
| 20.19 | Zusammenfassung | 336 |
| 21 | Silicea Nr. 11 und charakterliche Strukturen | 337 |
| 21.1 | Charakteristik der physiologischen biochemischen Zusammenhänge. | 337 |
| 21.2 | Forderungen. | 338 |
| 21.3 | Was im Leben Bedeutung hat | 338 |
| 21.3.1 | Was der Papa sagt | 338 |
| 21.3.2 | Wart' nur bis der Papa kommt oder: Was die Mama sagt | 340 |
| 21.3.3 | Konflikte. | 341 |
| 21.3.4 | Konflikte im Leben. | 341 |
| 21.4 | Verbindungen haben | 342 |
| 21.4.1 | Ohne Verbindungen geht gar nichts. | 342 |
| 21.4.2 | Verbindungen mit Qualität | 342 |
| 21.5 | Der Preis für Beziehung. | 343 |
| 21.6 | Auswirkungen | 343 |
| 21.6.1 | Allzeit bereit | 344 |
| 21.6.2 | Zu allem bereit. | 344 |
| 21.6.3 | Resignation der inneren Welt | 345 |
| 21.6.4 | Nur keinen Streit bitte. | 346 |
| 21.7 | Zuständigkeit für alles | 346 |
| 21.8 | Ausschaltung des Eigenen. | 347 |
| 21.9 | Distanzlosigkeit | 347 |
| 21.10 | Funktionieren. | 350 |
| 21.11 | Das Leben geht an mir vorbei. | 351 |
| 21.12 | Gibt es falsche Antworten? | 351 |
| 21.13 | Harmonie | 352 |
| 21.14 | Disharmonie. | 353 |
| 21.15 | Ermutigung zum Eigenen | 353 |
| 21.16 | Auswirkungen spezifischer Strukturen von Silicea Nr. 11 auf den Körper | 354 |
| 21.17 | Häufige Aussagen bei Silicea Nr. 11. | 355 |
| 21.18 | Zusammenfassung | 356 |
| 22 | Calcium sulfuricum Nr. 12 und charakterliche Strukturen | 357 |
| 22.1 | Charakteristik der physiologischen biochemischen Zusammenhänge. | 357 |
| 22.2 | Der Bruch im Leben – Schock. | 357 |
| 22.3 | Idealisierung. | 358 |
| 22.4 | Verkapselung | 358 |
| 22.5 | Verschlossen. | 359 |
| 22.6 | Verklebung mit dem anderen | 359 |
| 22.7 | Die Blockade im sozialen Kontakt. | 359 |
| 22.8 | Ich lebe durch dich | 360 |
| 22.9 | Angst | 361 |
| 22.9.1 | Angst um sich | 362 |

| | | |
|-----------|---|------------|
| 22.9.2 | Angst um die anderen. | 362 |
| 22.10 | Die Angst des Alzheimer Patienten. | 364 |
| 22.11 | Auswirkungen spezifischer Strukturen von Nr. 12 auf den Körper. | 364 |
| 22.12 | Selbstdistanzierungsfähigkeit | 365 |
| 22.13 | Häufige Formulierungen von Calcium sulfuricum Nr. 12. | 366 |
| 22.14 | Zusammenfassung | 366 |
| 23 | Kalium jodatum Nr. 15 und charakterliche Strukturen. | 369 |
| 23.1 | Charakteristik der physiologischen biochemischen Zusammenhänge. | 369 |
| 23.2 | Überforderung | 369 |
| 23.3 | Der unentwegte Druck der anderen. | 369 |
| 23.4 | Auswirkungen spezifischer Strukturen von Kalium jodatum Nr. 15 auf den Körper . . | 372 |
| 23.4.1 | Mein untrügliches Gefühl sagt mir | 373 |
| 23.5 | Häufige Formulierungen von Kalium jodatum Nr. 15 | 374 |
| 23.6 | Zusammenfassung | 375 |
| 24 | Calcium carbonicum Nr. 22 und charakterliche Strukturen. | 377 |
| 24.1 | Charakteristik der physiologischen biochemischen Zusammenhänge. | 377 |
| 24.2 | Der Wille | 377 |
| 24.3 | Die Überbewertung des Willens. | 377 |
| 24.3.1 | Ich will | 378 |
| 24.3.2 | Wenn du nur gewollt hättest | 379 |
| 24.4 | Hinweis aus den astrologisch-homöopathischen Erfahrungsbildern nach Döbereiner | 380 |
| 24.5 | Auswirkungen spezifischer Strukturen von Calcium carbonicum Nr. 22 auf den Körper | 380 |
| 24.6 | Häufige Formulierungen bei Calcium carbonicum Nr. 22 | 381 |
| 24.7 | Zusammenfassung | 381 |

Teil 4: Anhang

| | | |
|-----------|--|------------|
| 25 | Emotionale Belastungen | 385 |
| 26 | Arbeitstexte zu den charakterlichen Landschaften nach den Mineralstoffen nach Dr. Schüßler. | 393 |
| | Über den Autor, Kontaktadressen | 409 |
| | Literatur | 411 |
| | Stichwortverzeichnis. | 415 |