

Inhalt

Vorwort	9
I. Wie geht der Mensch mit Problemen um?	11
Entstehung von Konflikten und ihre Verarbeitung	11
Acht Hinweise zum Verständnis	12
II. Seele meint den ganzen Menschen	17
1. Die Seele in Sprichwörtern	18
2. Seelisch krank?	19
3. Viele Krankheiten sind „nur“ Symptome	21
4. Fragen zum Nachdenken	22
5. Wenn der Arzt mißbraucht wird	24
III. Krankheiten <i>haben</i> und krank <i>sein</i>	27
1. Die Bedeutung des Krankseins	27
2. Ist Krankheit ein Segen?	30
IV. Die leib-seelischen Zusammenhänge von Leiden, Krankheit und Tod	33
1. Modekrankheit: vegetative Dystonie	33
2. Krankheit als Schicksal?	34
3. Krankheit als Lebenslüge?	35
4. Krankheit und Tod als Folge fehlender menschlicher Zuwendung	37
5. Was setzt den Körper unter Druck?	38
6. Redewendungen zeigen Leiden auf	40
7. Die Organsprache	40
8. Wenn die Erde wackelt – ein Fallbeispiel	43
9. Die Nachahmung der Symptome	46
10. Ist der Organdialekt immer krankhafter Natur?	48
11. Leiden und Konflikte durch Streß	49
12. Punktliste für seelische Belastungen	53

13. Lebenverlängernde Stressoren	55
14. Angina temporis und Angina pectoris – Zeitnot und Herztod	56
V. Der Glaube und das Immunsystem	59
1. Wie arbeitet das Immunsystem?	59
2. Seele und Abwehrsystem	60
3. Besonderes Merkmal: Gesund	63
4. Mit-Teilen und Gesundheit	65
5. Loben und Lachen	66
6. Denkstrukturen ändern	68
7. Wie wir unser Immunsystem stärken	70
VI. Schmerzen haben einen Sinn	72
1. Der Schmerz in der Bibel	73
2. Muskelschmerzen	73
3. Auch Kränkung und Ablehnung tun weh	75
4. Dem Schmerz eine Stimme geben	78
5. Wenn der Rücken schmerzt	80
6. Fragen zum Nachdenken	81
7. Kopfschmerzen	82
8. Schmerzhaftige Krisen – wie gehen wir damit um?	84
VII. Die Persönlichkeit des Asthmatikers	87
1. Der Atem	87
2. Luft und Atem in Redensarten	88
3. Was beim Asthmaanfall geschieht	89
4. Die unterschiedlichen Formen des Asthmas	90
5. Was den Asthmatiker kennzeichnet	93
6. Asthma und Ehebruch – ein Fallbeispiel	96
7. Fragen zur Selbstprüfung	102
8. Fragen an Eltern von Asthma-Kindern	102
VIII. Die Persönlichkeit des Herzinfarktgefährdeten	104
1. Risikofaktoren	104
2. Lebensstil und Organwahl	108

3. Lebensstil und Managerkrankheit	111
4. Seelsorge an Managerkranken	112
IX. Die Persönlichkeit des Magenkranken	119
1. Der Pantoffelheld – ein Fallbeispiel	119
2. Der Lebensstil der Ulkus-Persönlichkeit	121
3. Wie erklären wir uns die Geschwürbildung?	123
4. Magengeschwür oder: Ich habe mein Bestes getan	124
5. Magengeschwürkranke in der Statistik	127
6. Erwartungsangst und Magengeschwüre	129
7. Sympathikotoniker und Vagotoniker	130
8. Die Selbstzerfleischung	134
9. Fragen zum Nachdenken	136
X. In Beziehungen leben – streiten lernen	137
Elf Denkanstöße	138
XI. Krankheit als Chance	143
1. Glaube: vorbeugend und heilend	143
2. Leid und Krankheit als Heim-Suchung	144
3. Selig sind, die da Leid tragen	145
4. Der aktive Kranke	146
5. Auf unsere Reaktion kommt es an	147
6. Trost im Leben und im Sterben	154
XII. So, wie ich bin, bin ich gut genug	156
Selbstannahme als Schlüssel zum Gesundwerden	156
Literaturhinweise	166
Stichwortverzeichnis	171