Inhalt



Vorwort	5
Wenn die Seele streikt	10
Leichtes Tief oder richtig krank?	12
Kein Platz für Gefühle	12
Auf das Ausmaß kommt es an!	13
Wann selbst behandeln?	14
Was ist eine Depression?	14
Wiegengeschenk Konstitution	18
Die Veranlagung entscheidet mit	18
Wann macht Stress krank?	22
Gefühle, die krank machen können	23
Andere Ursachen seelischer Beschwerden	26
Möglichkeiten zum Auftanken	28
Typgerecht gesünder leben	28
Gezielt entspannen	29
Hilfreiche Homöopathie	32

Sanfte und wirksame Hilfe

Was ist ein Arzneimittelbild?

Wirkung auf die Psyche

Wie wirkt die Potenzierung?

Möglichkeiten der Homöopathie

Grenzen der Homöopathie

Das richtige Mittel finden

Die Ähnlichkeitsregel

Die Dosierungslehre



34

35

37

38

39

40

41

41

42





Die Anwendung von Homöopathika	L _k .
Dosierungsrichtlinien	L _k .
Allgemeine Hinweise zur Einnahme	4
Grenzen der Selbstbehandlung	L _k .
Darauf sollten Sie besonders achten	L _k (
Fragebogen zur Mittelfindung	4

Konstitutionsmittel im Überblick

onders withtige nomoopathika	52
Argentum nitricum	53
Arsenicum album	55
Aurum metallicum	56
Causticum	57
hamomilla recutita	59
imicifuga racemosa	60
Conium maculatum	61
gnatia	62
achesis	64
ycopodium clavatum	65
latrium chloratum	66
lux vomica	68
)pium	69
Phosphorus	71
Pulsatilla pratensis	72
epia	74
iilicea	76
taphisagria	77
Cincum metallicum	79







Beschwerden im Überblick	82
Seelische Beschwerden	84
Ärger und Aufregung	84
Angst und Furcht	85
Essstörungen	89
Heimweh	90
Innere Anspannung	91
Kontaktschwierigkeiten	93
Kränkung und Kummer	95
Lampenfieber und Prüfungsangst	96
Nervosität und Reizbarkeit	98
Niedergeschlagenheit und depressive	
Verstimmung	99
Schreck- und Schockfolgen	107

Schuldgefühle und Selbstvorwürfe

Sexuelles Desinteresse

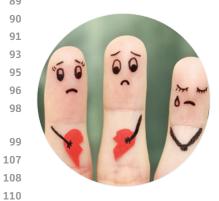
Trauer und Verlust

Vergesslichkeit

Unruhe

Stimmungsschwankungen

Überanstrengung und Stress



112

113

114

116

118



Weinkrämpfe und grundloses Weinen	120
Wutanfälle	121
sychosomatische Beschwerden	124
Allergien	124
Appetitlosigkeit	125
Asthmatische Beschwerden	126
Bauchschmerzen	127
Bluthochdruck	128
Müdigkeit	129
Erschöpfung	130
Haarausfall	131
Hautausschlag und Juckreiz	132









Stichwortverzeichnis 149



147