

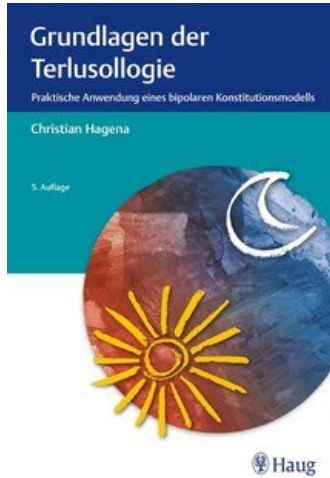
Christian Hagen Grundlagen der Terlusologie

Extrait du livre

[Grundlagen der Terlusologie](#)

de [Christian Hagen](#)

Éditeur : MVS Medizinverlage Stuttgart



<https://www.editions-narayana.fr/b15985>

Sur notre [librairie en ligne](#) vous trouverez un grand choix de livres d'homéopathie en français, anglais et allemand.

Reproduction des extraits strictement interdite.

Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Allemagne

Tel. +33 9 7044 6488

Email info@editions-narayana.fr

<https://www.editions-narayana.fr>



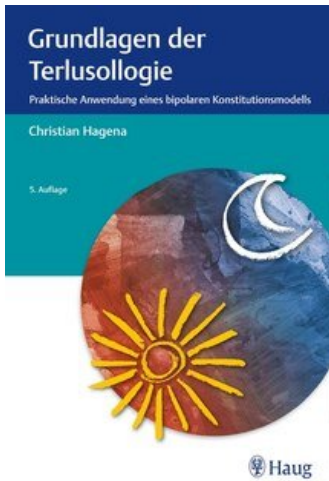
Inhaltsverzeichnis

| | | |
|----------|--|----|
| | Vorwort zur 4. Auflage | 5 |
| 1 | Einleitung | 11 |
| 2 | Terlusologie, ein Naturgesetz | 13 |
| 2.1 | Der Name Terlusologie | 13 |
| 2.2 | Polare Kräfte von Sonne und Mond, ein Naturgesetz | 13 |
| 2.3 | Berechnung der polaren Energien | 14 |
| 2.3.1 | Grundlagen der Berechnung | 14 |
| 2.3.2 | Beispiele zur Berechnung des Atemtyps | 16 |
| 2.3.3 | Berechnung nach Irina Norris. | 17 |
| 2.3.4 | Grenzen der Berechnung | 17 |
| 2.4 | Atmung | 18 |
| 2.4.1 | Grundsätzliches | 18 |
| 2.4.2 | Einatmung = lunare Atmung | 18 |
| 2.4.3 | Ausatmung = solare Atmung | 20 |
| 2.4.4 | Der Fragezeichentyp. | 21 |
| 2.4.5 | Zuordnung des Fragezeichentyps | 23 |
| 2.5 | Hoch- und Niedrigprozentigkeit | 25 |
| 3 | Atmungsabhängige Lebensführung | 26 |
| 3.1 | Typenrichtiges Verhalten. | 26 |
| 3.1.1 | Allgemeines. | 26 |
| 3.1.2 | Körperliches Verhalten | 26 |
| 3.1.3 | Grundsätze der Ernährung | 32 |
| 3.1.4 | Lateralität oder Dominanzen im Gehirn | 35 |
| 3.1.5 | Dehnungs- und Verengungszonen. | 40 |
| 3.2 | Kreislauf und Atemtyp | 43 |
| 3.3 | Muskulatur und Atemtyp | 44 |
| 3.4 | Atemtypunabhängige Anlagen | 45 |
| 3.4.1 | Allgemeines. | 45 |
| 3.4.2 | Eigenschaften des Empfindungs-Denktyps oder Denk-Empfindungstyps | 45 |
| 3.4.3 | Ichbetonung | 46 |
| 4 | Terlusologie, Klima und Vererbung | 49 |
| 4.1 | Allgemeines | 49 |
| 4.2 | Klima | 49 |
| 4.3 | Vererbung und Terlusologie | 50 |

| | | |
|----------|---|-----|
| 5 | Übungen | 53 |
| 5.1 | Allgemeines | 53 |
| 5.2 | Gemeinsamkeiten lunarer und solarer Übungen | 54 |
| 5.3 | Übungen für den lunaren Typ | 56 |
| 5.3.1 | Atmung | 57 |
| 5.3.2 | Zehen und Vorderfüße | 58 |
| 5.3.3 | Füße und Fußgelenke | 58 |
| 5.3.4 | Unterschenkel und Kniegelenke | 60 |
| 5.3.5 | Oberschenkel und Hüftgelenke | 61 |
| 5.3.6 | Becken | 63 |
| 5.3.7 | Faust und Handgelenke | 65 |
| 5.3.8 | Unterarm und Ellenbogengelenke | 67 |
| 5.3.9 | Oberarm und Schultergelenke | 69 |
| 5.3.10 | Oberkörper | 71 |
| 5.3.11 | Hals | 73 |
| 5.3.12 | Kopf | 74 |
| 5.4 | Übungen für den solaren Typ | 75 |
| 5.4.1 | Atmung | 76 |
| 5.4.2 | Zehen und Vorderfüße | 77 |
| 5.4.3 | Füße und Fußgelenke | 77 |
| 5.4.4 | Unterschenkel und Kniegelenke | 79 |
| 5.4.5 | Oberschenkel und Hüftgelenke | 80 |
| 5.4.6 | Becken | 82 |
| 5.4.7 | Faust und Handgelenke | 86 |
| 5.4.8 | Unterarm und Ellenbogengelenke | 88 |
| 5.4.9 | Oberarm und Schultergelenke | 90 |
| 5.4.10 | Oberkörper | 92 |
| 5.4.11 | Hals | 94 |
| 5.4.12 | Kopf | 97 |
| 5.5 | Variationen der Übungen | 98 |
| 5.5.1 | Übungen im Stehen | 98 |
| 5.5.2 | Umkehrung der Reihenfolge von Funktions- und Positionsübung | 99 |
| 5.5.3 | Übungen in der Vorstellung, geistige Übungen | 99 |
| 5.5.4 | Individuelle Variationen | 100 |
| 5.5.5 | Übungsbehandlung bei Kindern | 100 |
| 5.6 | Häufig auftretende Fehler oder Probleme bei den Übungen | 101 |
| 5.6.1 | Schiefelage und Schiefhaltung des Kopfes | 101 |
| 5.6.2 | Verspannung der Schulterregion | 101 |
| 5.6.3 | Verspannung des Vorfußes und der Zehen | 102 |
| 5.6.4 | Trennung der beiden Körperhälften | 102 |
| 5.6.5 | Impulsschwäche | 102 |
| 5.6.6 | Hast und Ruhelosigkeit | 103 |
| 5.6.7 | Durchführung der Übungen mit „Gewalt“ | 103 |
| 5.6.8 | Durchhaltevermögen | 103 |
| 5.6.9 | Koordinationsstörungen | 103 |

| | | |
|----------|---|-----|
| 6 | Auswirkungen der Terlusologie | 104 |
| 6.1 | Säugling, Kleinkind und Kind | 104 |
| 6.1.1 | Atemtyp und Entwicklung | 104 |
| 6.1.2 | Das Stillen | 111 |
| 6.2 | Der Erwachsene | 115 |
| 6.3 | Partnerschaft und Pädagogik | 116 |
| 6.3.1 | Allgemeine Grundsätze und Beispiele | 116 |
| 6.3.2 | Partnerschaft | 121 |
| 6.3.3 | Pädagogik | 123 |
| 7 | Störungen der Systeme in der Terlusologie und ihre Folgen für die Gesundheit | 129 |
| 7.1 | Spannkraft- und Schnellkraftmuskulatur | 129 |
| 7.2 | Auswirkung der Ernährung auf die Atemsteuerung | 130 |
| 7.3 | Herzkreislaufsystem | 131 |
| 7.4 | Dehnungs- und Verengungszonen und typenrichtiges Verhalten | 134 |
| 7.5 | Schlussbetrachtung der Systeme | 135 |
| 8 | Praktische Anwendung der Terlusologie und Fallbeispiele | 140 |
| 8.1 | Allgemeines | 140 |
| 8.2 | Physikalische Maßnahmen und Beispiele | 141 |
| 8.3 | Erkrankungen und Maßnahmen | 141 |
| 8.3.1 | Pseudokrupp | 141 |
| 8.3.2 | Bronchitis (Entzündung der Luftwege) | 142 |
| 8.3.3 | Asthma | 142 |
| 8.3.4 | Akuter Migräneanfall, akuter Kopfschmerzanfall | 143 |
| 8.3.5 | Kopf, Nerven | 143 |
| 8.3.6 | Gesicht, Hals, Rachen | 144 |
| 8.3.7 | Bauchorgane, Unterleib | 145 |
| 8.3.8 | Blinddarmentzündung | 146 |
| 8.3.9 | Kieferhöhlenentzündung | 146 |
| 8.3.10 | Knochenhautentzündung | 146 |
| 8.3.11 | Prellungen | 147 |
| 8.3.12 | Episiotomie | 147 |
| 8.3.13 | Herzbeschwerden | 148 |
| 8.3.14 | Orthopädische Leiden | 148 |
| 8.3.15 | Lungenerkrankungen (Asthma, Bronchitis, Lungenentzündung usw.) | 152 |
| 8.3.16 | Erkrankungen des Verdauungstraktes | 152 |
| 8.3.17 | Fettsucht lunar | 152 |
| 8.3.18 | Hauterkrankung, Neurodermitis | 153 |
| 8.3.19 | Ernährungsfehler beim Stillen | 155 |
| 8.3.20 | Seelische Erkrankungen | 155 |
| 8.4 | Besondere Behandlungsfälle | 158 |
| 8.4.1 | Partnerschaft | 162 |

| | | |
|-----------|--|-----|
| 9 | Terlusologie und Musik | 163 |
| 9.1 | Allgemeines | 163 |
| 9.2 | Anwendung terlusologischer Erkenntnisse auf Sänger und Gesang | 163 |
| 9.3 | Anwendung terlusologischer Erkenntnisse auf das Spielen von Instrumenten | 164 |
| 9.3.1 | Allgemeines | 164 |
| 9.3.2 | Blasinstrumente | 165 |
| 9.3.3 | Streichinstrumente | 166 |
| 10 | Schlussbetrachtung | 167 |
| 11 | Literaturverzeichnis | 169 |
| | Sachverzeichnis | 171 |



Christian Hagen

[Grundlagen der Terlusologie](#)

Praktische Anwendung eines bipolaren
Konstitutionsmodells

176 pages, broché
publication 2019



Plus de livres sur homéopathie, les médecines naturelles et un style de
vie plus sain www.editions-narayana.fr