Heide Fischer
Körperweisheit

Reading excerpt

Körperweisheit
of Heide Fischer
Publisher: Nymphenburger Verlag

http://www.narayana-verlag.com/b17179

In the Narayana webshop you can find all english books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life.

Copying excerpts is not permitted.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Germany
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.com
http://www.narayana-verlag.com

INHALT

Zum Geleit
7

KAPITEL 1
Brustkrebs - Mein Weg zu mir
9

KAPITEL 2
Chronischer Vaginalinfekt - Meine Lust leben lernen
27

KAPITEL 3
Dysmenorrhoe - Sich selbst vertrauen
43

KAPITEL 4
Dysplasie am Gebärmutterhals -
Seelische Verletzungen können heilen
57

KAPITEL 5
Eierstockzysten - Sich neu entdecken
77

KAPITEL 6
Endometriose - Meine Geschichte, mein Potenzial
85

Leseprobe von H. Fischer, „Körperweisheit“
Herausgeber: Nymphenburger Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

KAPITEL 7
Gebärmutterpolypen - Sich Raum nehmen
99

KAPITEL 8
Myome - Kreativität leben
111

KAPITEL 9
Polyzystische Ovarien -Die Familiengeschichte verarbeiten
125

KAPITEL 10
Schilddrüsenerkrankungen - Sich schützen lernen
137

KAPITEL 11
Wechseljahre - Werden, die ich bin
149

KAPITEL 12
Zyklusstörungen - Den eigenen Rhythmus finden
161

Anhang
173

Leseprobe von H. Fischer, „Körperweisheit“
Herausgeber: Nymphenburger Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

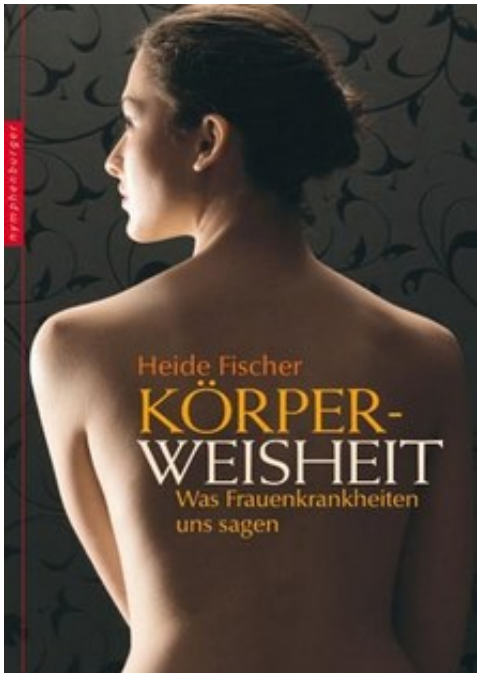
jede von uns kennt Situationen, in denen sie krank wurde aufgrund von Prüfungsstress, Problemen in der Liebesbeziehung, Schwierigkeiten am Arbeitsplatz ... Plötzlich entscheidet der Körper für einen, dass es genug sei. Man braucht eine Ruhepause in Form einer satten Erkältung, eine Liebespause mithilfe einer Scheidenentzündung ... Trauen wir uns genauer hinzuschauen, meint es der Körper gut mit uns, unterstützt uns, ein Leben zu führen in Übereinstimmung mit Werten wie Respekt, Anerkennung und Selbstfürsorge. Ein Leben, in dem Aktivität und Ruhe, Bewegung und Faulheit, Geselligkeit und Rückzug, Selbstdisziplin und Großzügigkeit, Luxus und Kargheit sich annähernd die Waage halten. Nur leben wir in einer Gesellschaft, in der solche Werte und Ausgewogenheiten oft zugunsten des Funktionierens zurückstehen (müssen), obwohl unsere innere Stimme ganz leise sagt, das hältst du so nicht lange durch. Hören wir lange genug nicht auf diese Stimme, stellen sich stärkere Beschwerden, Krankheiten ein, die mithilfe der Schulmedizin und deren mechanischem Körperverständnis oft nur notdürftig repariert werden, ohne dass wirkliche Lernprozesse stattfinden. Aus ganzheitlicher Sicht könnte Krankheit dagegen als Hinweis aufgefasst werden, sich an gewisse innere Bedürfnisse zu erinnern. Selbst eine Krebserkrankung kann, wie viele Betroffene berichten, dazu führen, sein Leben intensiver zu leben, falsche Rücksichtnahme aufzugeben, mehr die wirklich wichtigen Dinge zu beachten, sich mit wahrer Freundschaft und Liebe zu umgeben.

Leseprobe von H. Fischer, „Körperweisheit“
Herausgeber: Nymphenburger Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Als von den Heilpflanzen begeisterte Ärztin habe ich viele Jahre Rezepturen gesammelt, angewendet und weitergegeben, um Frauen mit ihren Krankheiten und Beschwerden, in ihren Wandlungsphasen zu unterstützen. Diese Jahre, in denen ich Begleiterin bei Heilungsprozessen sein durfte, haben mich auch die Weisheit des Körpers gelehrt. Statt nur seine Reaktionen zu bekämpfen, lernte ich, ihn und seine Besitzerin in ihrer Einzigartigkeit anzuerkennen. Der Körper zeigt Wege auf, wie aus Krankheit ein neues Lebensgefühl, neue Lebensqualität erwachsen kann. Ich bin vielen mutigen Frauen begegnet, die alle auf ihre Weise die Herausforderung Krankheit angenommen haben. Ihnen allen ist gemeinsam, dass sie sich mithilfe heilender Pflanzen und innerer Bilder dem Körpergeschehen angenähert haben und bereit waren, dem Körper mit Naturheilmitteln, Bewegung, Ernährung und heilsamen Ritualen in für sie angemessener Weise entgegenzukommen. Ihre Beispiele mögen für Sie Anregung sein herauszufinden, welches Thema hinter Ihrer Beschwerde stecken mag und wie Sie Heilsamkeit in Ihrem Alltag leben könnten. Die Imaginationsübungen spielen in diesem Buch eine zentrale Rolle. Bitte beachten Sie hierzu die allgemeinen Anmerkungen im Anhang (siehe S. 173). Wichtig ist mir auch zu betonen, dass frauenspezifische Erkrankungen nicht zwangsläufig »bedeuten«, dass Sie ein Problem mit Ihrer Weiblichkeit haben, wie manche Ratgeber glauben machen. Dennoch spielen sie sich vor dem Hintergrund Ihrer Existenz als weibliches Wesen in einer männlich dominierten Welt ab und vor dem Hintergrund Ihres ganz persönlichen, beruflichen und kulturell geprägten Lebens. Sich der Herausforderung Krankheit zu stellen bedeutet vielleicht, das eine oder andere zu verabschieden, und ... es gibt viel zu gewinnen.

Heide Fischer

Leseprobe von H. Fischer, „Körperweisheit“
Herausgeber: Nymphenburger Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0



Heide Fischer

Körperweisheit

Was Frauenkrankheiten uns verraten

192 pages, hb
publication 2009

order

More books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life www.narayana-verlag.com