

Mit neuen
Geschichten zum
Umdenken

Was haben Sie auf dem Herzen?

- ▶ Die seelische Bedeutung von Herz- und Kreislaufsymptomen verstehen
- ▶ So bringen Sie Herz und Seele wieder ins Gleichgewicht
- ▶ »Mir tut das Herz so weh« – mit neuen Geschichten zum Umdenken



Was haben Sie auf dem Herzen?

Herzleiden in neuem Licht

Das Konfliktmodell

Wenn Höflichkeit und Ehrlichkeit zum Problem werden

Was bedeutet das alles für Sie?

Die Signale unseres Körpers

Herzleiden in neuem Licht

Steter Tropfen höhlt den Stein

Die Mammutbäume, diese Riesen des Waldes, überleben Generationen von Menschen. Kein Sturm, kein Hagel, kein Blitzschlag kann ihnen etwas anhaben. Ja, selbst Feuer und Erdbeben haben sie überstanden. Sie stehen Jahr um Jahr, Jahrzehnt um Jahrzehnt, ganze Jahrhunderte und trotzen den Unbilden der Natur in ihrer mächtigen Gestalt. Es scheint, als könne nichts diese Giganten zu Fall bringen.

Doch es gibt kleine, winzige Insekten, die Termiten, die kommen und

beginnen, den Baum mit winzigen Bissen nach und nach zu zerfressen. Und schließlich schaffen diese vielen kleinen Winzlinge das, was keine Naturkatastrophe vermag: Sie bringen den Riesen zu Fall.

Die Auswirkungen von Ärger und Stress

Wir alle befinden uns in einem Umfeld, in dem Probleme besonders gut zu gedeihen scheinen: Arbeitsdruck, Verantwortung, Engagement für

*O, lerne denken
mit dem Herzen
und lerne fühlen
mit dem Geist.
(Fontane)*

*Nicht der Mensch
hat am meisten*