

8/2006

Naturheilverständlicher Rat

Herzbeschwerden nach den Wechseljahren 32

Dr. med. Rainer Matejka

GESUND LEBEN

Selbsthilfe, nicht nur für Schriftsteller

Schreiben tut der Seele gut 33

Dipl.-Psych. Anna-Konstantina Richter

Mit Kompost und Dünger den Boden verbessern

Guter Boden macht den Biogarten zur Oase 35

Dipl.-Ing. agr. Brunhilde Bross-Burkhardt

Fitneß-Kurztest: Wie sportlich sind Sie? 38

Christian Zehenter, Redaktion *Naturarzt*

Wie wirkt das?

Digitalis 39

Dr. med. Volker Schmiedel

Bewusstsein

Leinen los und treiben lassen 54

Jule Reiner

BEWUSST ERNÄHREN

Die unsichtbare Gefahr

▷ **Schützen Sie sich vor Salmonellen! 41**

Dr. oec. troph. Claudia Müller

▷ **Honig: Zucker oder Heilmittel? 43**

Dipl. oec. troph. Ursula Lenz

Stachelbeere

Köstlich süßes Fruchtfleisch 46

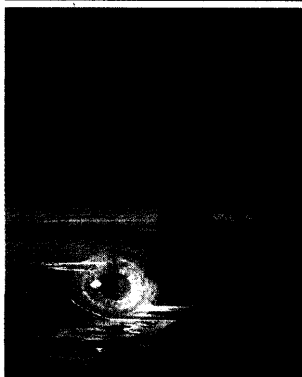
Peter Mayr, Diplom-Diätkuchenmeister

... UND AUSSERDEM

| | |
|--------------------------------------|----|
| Editorial | 3 |
| Leserforum | 6 |
| Für Sie notiert | 48 |
| Auflösung des Juli-Rätsels | 48 |
| Neues Rätsel | 55 |
| Vorschau | 55 |
| Impressum | 55 |

Zum Titelbild: Der Formenreichtum der Natur ist zwar überwältigend groß, dennoch wiederholen sich manche Formen besonders häufig und bei völlig unterschiedlichen Strukturen. So begegnet man immer wieder einer Kugelform wie auch eng zusammengedrängten Windungen, und es hängt nur von unserer Fantasie ab, ob wir Sonne oder Auge, Baum oder Gehirn in einer abendlichen Landschaft sehen wollen.

Einhefter, nur in einem Teil der Auflage Seite 27-30



Sonderdruck
Naturarzt
bewußt leben gesund ernähren natürlich heilen

Wenn die Seele die Sprache verliert... fängt der Körper an zu reden. Wie seelische Einflüsse körperlich krank machen.



Jeder zweite im Wartezimmer des Allgemeinarztes findet seine funktionellen Nervenerkrankungen, die in der Regel organisch nachweisbar sind, im Zusammenhang mit psychosomatischen Erkrankungen. Psychosomatische Erkrankungen sind oft Ausdruck einer Kommunikationsstörung über einen Krankheitsvorgang im anderen Menschen, als auch so weit selbst.

Was viele nicht wissen: in der Umgang mit den eigenen Gefühlen. Viele Menschen haben bereits frühzeitig und unbedeutend Verhaltensmuster gelernt, haben verlernt, „offen“ über sich selbst und ihre eigenen Bedürfnisse zu sprechen. Diese Verhaltensmuster sind dann unverändert in eine funktionell-körperliche Erkrankung übertragbar. Die Verhaltensmuster der psychosomatischen Erkrankung. Die Betrachtungsweise der Krankheitsgenese geht über das hinaus, was im Rahmen der unterschiedlichen Lebensgestaltung. Bei einer Reihe von Körperstörungen des Menschen gibt es genau dafür, nach neuen Lösungsansätzen zu suchen.

Ziel dieser nicht problemorientierten Psychotherapie ist es, wieder mehr auf eigene Stärken und Ressourcen von Aggressionen für die eigene Lebensgestaltung zu achten und Hilfestellungen für eine „abgewogene Kommunikation“ zu geben. Typischerweise werden auch in dieser Arbeit mehr der „Naturarzt“ ebenso wie im Buch „Naturheilverfahren und Psychotherapie“ von Dr. Dr. Dr. P. Düggel und Dr. W.-J. Maurer im Hauptverlag Verlag

Fortbildungsveranstaltungen des Allgemeinen Psycho-somatischen Arbeitskreises in Schiedau:

- Psycho-somatische Grundversorgung
- Existenztherapie, „Anerkennung“
- Selbstheilungsmethoden
- Menschlich-kommunikative Arbeit in Gruppen

Informationen und Anmeldung:
Dr. W.-J. Maurer, Psycho-somatische Fachklinik, Kurortstraße 22, 66173 Schiedau, Telefon 0 63 0 1 1 2 1 2 1, Fax 0 63 0 1 1 2 1 2 4 4 0, <http://www.allgemein-psychosomatischer-arbeitskreis.de>

Naturarzt
-Sonderdruck

„Wenn die Seele die Sprache verliert... fängt der Körper an zu reden. – Wie seelische Einflüsse körperlich krank machen“

Psychosomatische Artikel-Reihe von
Dr. med. W.-J. Maurer, die in unregelmäßiger Folge im *Naturarzt* erschienen ist.

Ich bestelle Sonderdruck(e) (32 S.) zum Preis von € 6.- incl. Versandspesen und MwSt.

Zahlungsweise:
 Voraus-Scheck anbei
 Gegen Abbuchung

Bankverbindung:
Konto _____ BLZ _____
Bank **X** _____
Datum _____ Unterschrift des Bestellers _____

Absender:
Name, Vorname _____
Straße, Haus-Nr. _____
PLZ, Ort _____

Ausfüllen und einsenden an
**Naturarzt • Feldbergstr. 2
61462 Königstein**