

Lexikon Psychosomatik

Handbuch – Gisa

Kurz und bündig

1. Teil

Lexikon psychosomatischer Bedeutungen

Der Körper spricht (Beschwerde); was meint er bloß (Psyche)?

2. Teil

Redewendungen der Körpersprache

Die Sprache konserviert altes Wissen in Redewendungen.

Lexikon Psychosomatik – Gisa

Wichtiger Hinweis

Medizin als Wissenschaft ist ständigen Veränderungen unterworfen. Forschung und Erfahrung erweitern unser Wissen ständig, insbesondere, was die Behandlung und die medikamentöse Therapie angeht. Soweit in diesem Verzeichnis eine Dosierung oder eine Anwendung erwähnt wird, darf der Leser zwar darauf vertrauen, dass Autor, Herausgeber und Verlag große Sorgfalt darauf verwendet haben. Der Wissensstand bleibt allerdings weiterhin in der Wandlung und wird sich ständig anders darstellen. Hinweise auf Präparate können möglicherweise auch Kontraindikationen beinhalten; diese sind auf den Beipackzetteln der Industrie vermerkt und der Benutzer bleibt gehalten, diese auch zu lesen. So ist jeder Benutzer aufgefordert, die Beipackzettel der verwendeten Präparate zu prüfen, um in eigener Verantwortung festzustellen, ob die dort angegebenen Empfehlungen für Dosierungen oder die Beachtung von Kontraindikationen verwendeten oder neu auf den Markt gebrachten Präparaten, sondern auch bei denjenigen, die vom Bundesgesundheitsamt (BGA) oder Paul-Ehrlich-Institut (PEI) in ihrer Anwendung eingeschränkt worden sind.

Kontakt mit der Autorin:

Alraunen-Verlag, www.alraunen-verlag.de, info@alraunen-verlag.de

© Auflage 2017, Copyright by Alraunen-Verlag, Germany

Alle Rechte vorbehalten. Jegliche Vervielfältigung (auch auszugsweise) bedarf der schriftlichen Genehmigung des Verlages.

Erschienen by: Alraunen-Verlag, Germany

Coverlayout: Gisa

Herstellung: printed in Germany

ISBN: 978-3-938994-12-2

Knochen und Muskulatur

Knochen bieten Stabilität. Sie halten Positionen aufrecht. Gelenke ermöglichen eine ausgerichtete Bewegung. Das Kanalsystem innerhalb der Wirbelsäule ist ein geschütztes Rohrsystem zur Verteilung der Nerven über den gesamten Körper; der Schädel schützt die Nerven-Zentrale. Hohle Knochen machen dieses eigentlich schwere System nennenswert leichter.

Wir können also für die Knochen folgende Schlagworte annehmen:

- Stabilität, Standvermögen
- Schutz, Schutzwall
- Horizont und Horizonterweiterung
- Aufrechte Haltung
- Leichtigkeit des Seins

Diese grundsätzliche Liste lässt sich zweifellos erweitern. Hier ist Phantasie gefragt, ebenso wie Einfühlungsvermögen.

Die Funktion der jeweiligen Knochen und der sie antreibenden Muskeln erweitert unsere Erkenntnisse ebenfalls deutlich:

Beine

- Standvermögen
- Vorwärtsbewegung

Oberschenkel = Entfaltungsmöglichkeiten (der Oberschenkel macht Drehbewegungen möglich, er liefert die

Lexikon Psychosomatik – Gisa

Grundlage für einen Spurt, die zugehörigen Muskeln können bis 1800 kg stemmen).

Knie = Demut, Wachsen, auf ein Ziel ausrichten

Unterschenkel = Vorwärts kommen, Anpassen des Standortes

Fuß = Austarieren des Gleichgewichtes, Sprint, erstes Er-tasten der Zukunft (dessen, was sich vor uns befindet)

Zehen (empirisch) = 1= Lebenskraft, 2+3 = Augen, 4+5 = Ohren; Ausrichten auf die Zukunft

Arme

- Manipulation des Lebens
- Mit dem Leben arbeiten
- Das Leben bewegen
- Lasten tragen
- Das Leben handhaben

Schulter, Oberarm = Lasten bewegen, sich wenden können, Horizonterweiterung

Ellenbogen = Durchsetzen, sich verteidigen, sich schmaler machen

Unterarm = heben, anheben

Hand = Handhabung, zufassen, loslassen, festhalten, feine Motorik. Empirisch: Daumen = Lebenskraft; Zeigefinger =

Lexikon Psychosomatik – Gisa

B

Ballen, Fuß	Freude des Lebens, Schritt in die Zukunft
Bandscheibenvorfall	Ängste: ohne Unterstützung im Leben stehen; schauen wo und über Wirbelbereich klären
Bartwuchs weniger	Profilängste
Basedow	Orientierungsverlust, Sehnsucht
Bauch	Umsetzung von Fremd zu Eigen
Bauch, eingezogen, Kahnbauch	kann das Leben nicht verdauen, gibt sich keinen eigenen Raum
Bauch, Schmerzen in ganzen	jede Form von Umsetzung scheint bedrohlich
Bauchatmung, ohne Thorax-Bewegung	Stellt den Austausch innerhalb der Partnerschaft ein
Bauchkrämpfe	Ungeduld, Intoleranz gegenüber Veränderung
Bauchschmerz	Ungeduldig, intolerant, gereizt und verärgert, innere Wut
Bauchspeicheldrüse	Süße des Lebens, das, was Freude macht

Lexikon Psychosomatik – Gisa

Bauchspeicheldrüse, Entzündung	aggressiv gelebte Sinnlosigkeit, verweigert sich der Süße des Lebens
Bauchspeicheldrüse, Probleme	Enttäuschung, Ablehnung, Wut
Bauchwassersucht	staut Emotionen
Bechterew	Ich gegen den Rest der Welt
Beine	tragen durch das Leben und in die Zukunft
Beine angezogen	befürchtet alles, was mit Expansion, Zukunft und Entwicklung zu tun haben könnte, Vorankommen
Beine, beim Anheben zunehmende Blässe, Schmerz	Alarmzeichen, kann sich nicht mehr entfalten; reduziert auf sich selbst, ohne sich noch fortbewegen zu können
Beine, Geschwürbildung am offenen	vergiftete Zukunft
Beine, Probleme	Zukunftsangst
Benommenheit	Konzentrationsunfähigkeit, will innerlich nicht auf die eigenen Belange eingehen, gibt Zuständigkeit an andere ab

Lexikon Psychosomatik – Gisa

Bettnässen, Kinder, Enuresis	Macht- und Gefühlsverluste, verdrängte Ängste
Bewegung, Knirschen, Gelenke	festgefahren sein
Bewusstlosigkeit	dauerhafte Realitätsflucht, entzieht sich dem Leben
Bewusstseinsstörung	sich entziehen
Bindegewebe, schlaffes	überschäumend, ausufernd
Bindehautentzündung	Selbstkritik
Biss	Ich habe Angst. Andere können mich verletzen.
Blähsucht, Meteorismus	Gedanken sitzen fest, können nicht mehr nach Nützlich und Schädlich differenziert werden
Blähung, festsitzend, Tenesmus	blockierende, schmerzhaftes Gedanken mit negativem Inhalt, die nicht losgelassen werden
Blähungen → Flatulenz	Pessimist, denkt, von anderen nichts erwarten zu dürfen, verkrampftes Blockieren, unverdaute Gedanken

Bauch

1. Den Bauch vollschlagen
2. Auf den Bauch fallen
3. Ein Loch in den Bauch fragen
4. Sich ein Loch in den Bauch ärgern
5. Sich den Bauch halten vor Lachen
6. Voller Bauch studiert nicht gern
7. Aus dem Bauch heraus entscheiden
8. Mein Bauch sagt
9. Wut im Bauch
10. Ich stehe mir die Beine in den Bauch
11. Schmetterlinge / Hummeln im Bauch haben
12. Bauchgefühl
13. Bauchlandung
14. Bauchtanz
15. bäuchlings