

Inhalt

.....

<i>Vorwort</i>	7
Herz macht den Unterschied	9
Speicher overloaded – was tun, wenn alles zu viel wird?	16
Die Mitte freihalten!	25
Vulnerabilität? Wer Herz hat, kann Schwäche zeigen	34
Alles hängt mit allem zusammen – ein Blutkreislauf	42
Das Herz verbrauchen? Auf der Suche nach Sinn	50
Unruhig bis zum Tod: Typisch Herz!	60
Barmherzigkeit. Allen Kälteströmungen zum Trotz	68
Konfliktzone Herz. Versöhnung ist möglich!	77
Stop – Listen – Go! Der Rhythmus entscheidet	86
The Power of Love – Flügel zum Abheben und Landen	93

Herzintelligenz – zwischen Bauch und Hirn	102
Was tun, wenn das Herz erkrankt?	111
Innere Spannkraft – für die Zumutungen des Lebens	120
Herzfeuer, nicht Gleichgültigkeit!	128
Herz ist Trumpf! Das Farbspektrum der Herzlichkeit	138
Mut! Und die Gnade der Unsicherheit	146
Hat Gott ein Herz? Ursprung und Mitte von allem	155
Das Herz Jesu – Quelle neuer Zuversicht	163
Ein neues Herz? Wenn nötig, eine Transplantation ...	174
Solidarität? Mit-Liebende sind gefragt	182
Woher Herzensenergie? Brunnen bauen!	190
Herzensbildung – ein Luxusthema?	199
Geistvoll beten – von Herz zu Herz	207
<i>Bildverzeichnis</i>	215
<i>Literatur</i>	218
<i>Anmerkungen</i>	220
<i>Dank</i>	224