

# „Das Herz regiert auch den Geist des Menschen“

VON MARIA OBERMAIR

Es ist erschreckend – in Österreich sind 43 Prozent aller Todesfälle auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen zurückzuführen. Die ersten Signale, die auf das Risiko eines Infarkts hindeuten, erkennen wir oft nicht. Vielleicht fehlt es an Zeit und Muße, auf solche Zeichen zu achten. Und wenn diese Signale doch erkennbar sind, liegt es an der Bereitschaft, diese Zeichen anzunehmen.

In der 5-Elemente-Lehre hat unser Herz mehr Funktionen als in der westlichen Medizin gelehrt wird. Das Herz reguliert das gesamte Blutsystem und ist für das Nervensystem verantwortlich. Das Herz regiert aber auch den Geist der Menschen. Gemeint sind Vitalität, Ausstrahlung und Charisma. Ein starkes Herz lässt Augen fun-

keln und das Gesicht strahlen. Es macht kommunikativ, weltoffen und liebesfähig. Das Herz beeinflusst die mentale Stärke und unterstützt Ihre Fähigkeit zu lernen. Ein Mensch, dessen Herz gut versorgt ist, ist rasch in der Auffassung. Vergesslichkeit und irrationales Verhalten zeigen Disharmonien auf Herz-Ebene an. Der „zerstreute Professor“ oder das „Schusselchen“ sind flatterig, kopflos und verwirrt. Ein stark ausgefüllter Tagesablauf mit Dauerbelastung, fehlende Pausen, exzessives Bewegungstraining oder extremer Tatendrang schwächen Ihre Herzenergie und erhöhen das Infarkttrisiko.

Maria Obermair ist Gesundheits-, Schlaf- und Wohlfühlexpertin.



INTERNET  
[www.kinmo.at](http://www.kinmo.at)

MANFRED SCHEUCHER



**Für Gesundheitsexpertin Maria Obermair beeinflusst das Herz die mentale Stärke und Lernfähigkeit**