

Gerhard H. Jantzen

# BIORHYTHMIK

So ermitteln Sie den Pulsschlag  
Ihrer Stimmung und Leistung

Ariston Verlag • Genf

# Inhaltsverzeichnis

VORWORT . . . . .	9
1. GRUNDLEGENDES ZUR BIORHYTHMIK. . . . .	13
Anfänge biorhythmischer Forschung . . . . .	13
Selbstverständnis der Biorhythmik . . . . .	15
Rhythmen im Menschen und in seiner Umwelt. . . . .	18
2. DIE VERSCHIEDENEN BIORHYTHMEN . . . . .	23
Der Körperrhythmus . . . . .	26
Der Seelenrhythmus. . . . .	30
Der Geistrhythmus. . . . .	33
Kurveninterdependenz . . . . .	37
3. DIE VERSCHIEDENEN KURVENKONSTEL- LATIONEN. . . . .	41
4. DIE KRITISCHEN TAGE . . . . .	49
5. ANWENDUNG DER BIORHYTHMIK IM TÄGLICHEN LEBEN. . . . .	53
Anwendung im Berufsleben. . . . .	55
Anwendung im Sport . . . . .	61
Anwendung bei der Krankenbehandlung . . . . .	68
6. PARTNERSCHAFTSVERGLEICHE . . . . .	77
Rhythmenverwandtschaft und Rhythmenfremd- heit . . . . .	79
Der Nutzen in der Praxis . . . . .	82
Beispiel eines Partnerrhythmogramms. . . . .	87
7. RESÜMEE UND ZUKUNFTSASPEKTE . . . . .	89
8. DIE ERSTELLUNG EINES BIORHYTHMO- GRAMMS. . . . .	95

9. DEMONSTRATIVE BEISPIELE . . . . .	99
ANHANG: TABELLEN . . . . .	103
LITERATURHINWEISE . . . . .	113