



Christina Kessler  
Birgitt und Werner Knubben

# Wie groß ist deine Liebe, wie hoch ist dein IQ?

Der Test zu den 33 Herzensqualitäten  
nach Christina Kessler

Mit  
99 Fragen  
zu deiner  
Liebesintelligenz  
und Lebens-  
kompetenz

**GMEINER**



Christina Kessler  
Birgitt und Werner Knubben

**Wie groß ist deine Liebe,  
wie hoch ist dein HQ?**

Christina Kessler  
Birgitt und Werner Knubben

# Wie groß ist deine Liebe, wie hoch ist dein HQ?

Der Test zu den 33 Herzensqualitäten nach  
Dr. Christina Kessler mit  
99 Fragen zu deiner Liebesintelligenz  
und Lebenskompetenz

Alle Angaben in diesem Buch wurden von den Autoren mit Sorgfalt recherchiert und zusammengestellt. Für die Richtigkeit der Angaben kann jedoch keine Haftung übernommen werden. Für Hinweise und Anregungen sind wir dankbar.

Besuchen Sie uns im Internet:  
[www.gmeiner-verlag.de](http://www.gmeiner-verlag.de)

© 2024 - Gmeiner-Verlag GmbH  
Im Ehnried 5, 88605 Meßkirch  
Telefon 07575/2095-0  
[info@gmeiner-verlag.de](mailto:info@gmeiner-verlag.de)  
Alle Rechte vorbehalten  
1. Auflage 2024

Lektorat/Redaktion: Isabell Michelberger  
Layout/Herstellung, Umschlaggestaltung: Florian Gmeiner  
unter Verwendung eines Aquarells: © Charlotte Krämer  
HQ-Affirmationen: © Sabine Langenscheidt  
aus CID-Abschlussarbeit bei Christina Kessler

Druck: CPI books GmbH, Leck  
Printed in Germany  
ISBN 978-3-7801-5013-4

## Inhalt

Liebe Leserin, lieber Leser	7
Einführung	9
Herzensqualitäten – Tore zum Innenraum	12
Testanleitung	15
Erste Ebene: Mit dem Herzen hören – Befreiung von geistigen Begrenzungen	17
Zweite Ebene: Verbindung von Herz und Verstand	41
Dritte Ebene: Soziale Intelligenz und kosmisches Bewusstsein	65
Herzenstest – Auswertungsbogen	90
Testergebnis – Einsicht	93
Die Autoren	94



## Vorwort

Du hältst dieses Buch in der Hand, vielleicht hast du es geschenkt bekommen, vielleicht hast du es selbst ausgesucht, vielleicht hat es dich auf geheimnisvolle Weise gefunden.

Wie groß ist deine Liebe? Wie groß ist die Liebe überhaupt? Das erfährst du in diesem Herzenstest. Die Vielfalt der Liebe, ihre Facetten, ihre Qualitäten kannst du hier kennenlernen und dabei kannst du selbst, so du bereit bist, dich fragen lassen, wie groß deine Begabungen in der Liebe zu dir selbst, zu den Menschen und zum großen Ganzen sind.

Wir versprechen dir, dass die Liebe selbst zu dir sprechen, dich locken, weiten und beschenken wird.

Diesem Test liegt das Buch »Herzensqualitäten – Die Intelligenz der Liebe« von Dr. Christina Kessler zugrunde.

Als Ethnologin, Wegbereiterin der New Anthropology entwickelte sie ein Grundlagenwerk des Ganzheitlichen Bewusstseins, dessen Herzstück die 33 Herzensqualitäten als Ausdruck und Facetten der Liebe sind.

Christina Kessler versteht die Herzensqualitäten als einen Wertekanon, ein verbindendes, globales Wertesystem, mit dem sich jeder Mensch, welcher Nation, Kultur oder Religion er auch angehören mag, identifizieren kann. Diese universelle Ethik stellt die Würde des Menschen in den Mittelpunkt, ungeachtet seiner Herkunft, Abstammung oder Bildung. Sie ist die Basis und Voraussetzung für dauerhaften Frieden.

*Birgitt und Werner Knubben*

## Herzensqualitäten – Tore zum Innenraum

Wenn ich Herzensqualitäten sage, meine ich Eigenschaften, die früher als Tugenden bezeichnet wurden, Paracelsus hatte von *Virtus* gesprochen: verbindende Eigenschaften, die uns befähigen, das Leben, uns selbst und die anderen liebevoll anzunehmen, aus Leid zu lernen, unter allen Umständen zu wachsen, Negatives in Positives und Schmerz in Freude zu verwandeln; Eigenschaften, die dem Leben taugen, denn »Tugend« kommt von »taugen«. Für mich sind Herzensqualitäten die Facetten der Liebe, Tore zum Innenraum und gleichzeitig Ausdruck der inneren Werte, sichtbar gewordene Ethik. Da alle Qualitäten Aspekte des Einen – der Liebe – darstellen, sind in jeder einzelnen alle anderen als Information enthalten. In ihrer Gesamtheit bilden sie ein dynamisches Mandala, das im universellen Rhythmus des Werdens und Vergehens pulsiert. Wer liebt, lässt sie lebendig werden. Zwar ist die Liebe von Anfang an vorhanden, doch sie will erkannt und geliebt werden, um sein zu können.

In der Praxis heißt das: Wann immer wir eine Herzensqualität aktivieren, bewirken wir damit die direkte Anbindung an unseren innersten Wesenskern. Gleichzeitig stehen die Herzensqualitäten in einem folgerichtigen Zusammenhang: Ein Tor führt auf gesetzmäßige Weise