

# **Inhalt**

## **Vorwort**

- Das Geheimnis der Seenomaden 7

## **I Die neue Lehre von den Genen**

- 1 X ist ein Gen für Y 13
- 2 Schlaue Zellen – wie Erfahrungen unsere Gene prägen 31
- 3 Der erste Kampf der Geschlechter 51
- 4 Angeboren, aber nicht vererbt 63

## **II Die Seele**

- 5 Vom Wahnsinn in den Genen 83
- 6 Das Märchen von den Marionetten 104
- 7 Gelassen gegen Stress 121
- 8 Glauben macht gesund 146
- 9 Intelligenz und wie man sie bekommt 169

## **III Der Körper**

- 10 Krebs und der unterschätzte Einfluss der Umwelt 195
- 11 Zuckergesund ohne Medikamente 218

## 6 *Inhalt*

- 12** Was das Herz begehrт 237
- 13** Drüsen machen keinen dick 245
- 14 Epilog** Unsere Gene sind wunderbar wandelbar 255

Danksagung 265

Anmerkungen 267

Register 280