

Inhalt

Vorwort:

Natur und Gesundheit – ein Thema

für das neue Jahrtausend

Von Dr. Thomas Haase 11

Einleitung:

Was Sie in diesem Buch erwartet 13

Kapitel 1:

Das Geheimnis der Bäume 15

Was haben Bäume mit unserer Gesundheit zu tun? 15

»Wir müssen das verstehen« – Bäume und
Immunsystem 21

Von Baum zu Baum – und unsere Zellen lauschen mit 27

Perspektivenwechsel 33

Kurz & bündig. 37

Kapitel 2:

Evolution und Medizin 39

Die Geschichte meines Kniegelenks. 39

Evolution von Krankheit und Gesundheit 46

Macht uns die Trennung von der Natur krank? 48

Krebs begann mit LUCA	52
Die »Evolutionsbrille« – Weg der Erkenntnis oder Irrweg?	57
<i>Kurz & bündig.</i>	63

Kapitel 3:

Der Mensch im Netzwerk des Lebens.	65
Ein Teil des Waldes	65
Die gesamte Natur strebt nach Wald.	72
Wie die Erde unsere Organe formte	76
Ist die Erde selbst ein Lebewesen?	85
Der Mensch endet nicht an seiner Hautoberfläche	88
Biophilia und der Heilungscode der Natur	92
<i>Kurz & bündig.</i>	97

Kapitel 4:

Die Öko-Psychosomatik.	101
Von den Anti-Krebs-Terpenen zum Herzschutz aus der Natur	101
Die organische Antenne und ihr Netzwerk im Körper	108
Reptiliengehirne im Industriezeitalter	114
Wie uns die Natur über unsere organische Antenne gesund macht	119
Wie das Diktat der Wirtschaft die Organe des Homo sapiens kaputt macht	125
»Ich bin dann mal weg«.	129
Wald oder Savanne?	134
<i>Kurz & bündig.</i>	137

Kapitel 5:

Das heilsame Band zwischen Mensch und Tier	139
Als ich einen Waldbewohner rettete	139
Von Menschen und »anderen Tieren«.	145
Die Freundschaft mit Tieren	156
Heilsame Begegnungen.	165
Das Gesundheitshormon Oxytocin	174
<i>Kurz & bündig.</i>	178

Kapitel 6:

Das große Geheimnis des Lebens.	181
Lebenskräfte	181
Das Mysterium um den Ursprung des Universums	185
Der Funke des Lebens.	190
Warum das menschliche Bewusstsein an die Natur angeschlossen ist	195
Die Natur zeigt uns: Wir sind nicht das Gehirn.	202
Die Abschaffung des Geistes	206
Die Wiederentdeckung des Geistes	213
<i>Kurz & bündig.</i>	217

Kapitel 7:

Die Zukunft der Öko-Psychosomatik.	221
Ein neues Fundament für die Öko-Psychosomatik	221
Die öko-psychosomatische Klinik	224
Allergien: Ein Beweis für den Heilungscode der Natur	229
Öko-Psychosomatik ohne rosarote Brille	232
<i>Kurz & bündig.</i>	234

Gastbeitrag:

Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile

***Von Dr. Peter Weish* 237**

Die Komplexität der Welt 237

Das Scheitern reduktionistischer Ansätze 238

Die wichtige Verbindung zwischen Ökologie
und Medizin. 240

Ein großes »Danke«. 243

Anmerkungen 245

Register. 253