

# INHALT

<b>Einführung: Ein Blick in die Blackbox der medizinischen Wunder</b> .....	11
 <b>Teil 1: Unglaubliche Immunität</b> .....	35
 <b>1. Sprung ins Unmögliche</b> .....	37
<i>Sektion eines »Wunders«</i> .....	41
<i>Ein Hinweis, verborgen in der Geschichte</i> .....	55
<i>Rückbesinnung auf eine Lektion aus der Vergangenheit</i> .....	59
 <b>2. Geborene Killer</b> .....	63
<i>Zücken Sie Ihre Geheimwaffe</i> .....	70
<i>Kommunikationsaufbau:</i>	
<i>Wie man mit dem Immunsystem spricht</i> .....	77
<i>Das Mikrobiom</i> .....	83
<i>Was macht krank, die Mikrobe oder das Milieu?</i> .....	85
<i>Vom »Allheilmittel« zur »Antibiotikaresistenz«</i> .....	92
<i>Voraussetzungen für die spontane Heilung</i> .....	98
<i>Das Milieu ist alles</i> .....	102
 <b>3. Essen Sie sich gesund</b> .....	109
<i>Eine E-Mail, die mein Leben veränderte</i> .....	117
<i>Die Lektionen eines krebsresistenten Landes</i> .....	134
<i>Warum ist unser Körper nicht klüger?</i> .....	142

<i>Verordnen Sie sich Ihre persönliche Ernährung</i> . . . . .	145
<i>Ein Rätsel</i> . . . . .	159
<b>4. Unterbinden Sie den Krankheitsmechanismus</b> . . .	163
<i>Der Weg tödlicher Erkrankungen</i> . . . . .	169
<i>Begnadigung statt »lebenslänglich«</i> . . . . .	175
<i>Wenn das Immunsystem Ihr ärgster Feind ist</i> . . . . .	182
<i>Fokussierungskorrektur fürs Immunsystem</i> . . . . .	189
<b>5. Aktivieren Sie den Heilmodus</b> . . . . .	201
<i>»Du musst loslassen«</i> . . . . .	209
<i>Jenseits der Entspannung</i> . . . . .	217
<i>Das Nervensystem: Die Gangschaltung des Körpers</i> . . . . .	221
<i>Wenn die Gangschaltung klemmt</i> . . . . .	225
<i>Was wir von Teichschaum über die Unsterblichkeit lernen können</i> . . . . .	229
<i>Das Stressrätsel</i> . . . . .	237
<b>6. Das heilende Herz</b> . . . . .	249
<i>Fahrertraining</i> . . . . .	250
<i>Die Medizin der Liebe</i> . . . . .	261
<i>Das Überleben der Passendsten – oder der Nettesten?</i> . . . . .	270
<i>Herzensweisheit</i> . . . . .	280
<i>Leben im Heilmodus</i> . . . . .	284
<b>Teil 2: Der wunderbare Geist</b> . . . . .	291
<b>7. Glaubensheilung und heilender Glaube</b> . . . . .	293
<i>Cleveland, Ohio, 2012</i> . . . . .	293

<i>Ein Hotspot der Heilung</i> .....	301
<i>»Ich werde für Sie beten«</i> .....	306
<i>»Wunder gibt es wirklich«</i> .....	313
<b>8. Die Macht der Placebos</b> .....	324
<i>Das Wundermittel, das keines war</i> .....	329
<i>Jenseits des Placeboeffekts</i> .....	337
<i>Die Quantenphysik des Körpers</i> .....	343
<i>Der Beobachtereffekt</i> .....	348
<i>Tiefe Überzeugungen</i> .....	354
<b>9. Die Heilung der Identität</b> .....	360
<i>Das perfekte Beispiel</i> .....	364
<i>Keine Zeit, um krank zu sein</i> .....	367
<i>Ein Tumor namens »Mel«</i> .....	373
<i>Die Bedeutung unserer Geschichte</i> .....	380
<i>Was ist in Ihrer Blackbox gespeichert?</i> .....	383
<i>Dem Ruhezustandsnetzwerk entkommen</i> .....	391
<i>Eine »N = 1« werden</i> .....	397
<b>10. Sie sind nicht Ihre Krankheit</b> .....	405
<i>Die Macht der Wahrnehmung</i> .....	409
<i>Jim Bowie in El Álamo</i> .....	414
<i>Wenn aus Krankheit Identität wird</i> .....	425
<i>Die Maske der Krankheit ablegen</i> .....	428
<b>11. Den Tod heilen</b> .....	435
<i>Das Wunder des Todes</i> .....	440
<i>Die Weigerung, nach Plan zu sterben</i> .....	442
<i>Wie uns die Flucht vor dem Tod auslaugt</i> .....	451
<i>Jede Geschichte geht einmal zu Ende</i> .....	456
<i>Entscheidung fürs Leben</i> .....	463

<b>12. Verbrennen Sie Ihr Schiff</b> .....	467
<i>Nehmen Sie Ihre Gesundheit selbst in die Hand</i> .....	471
<i>Wenn Sie krank sind, ist das nicht Ihre Schuld</i> .....	481
<i>Das Streichholz entzünden</i> .....	491
 <b>Schlussbetrachtungen: Eine Medizin der</b>	
<b>Hoffnung und der Möglichkeiten</b> .....	500
<i>Griechische Küste, 300–350 v. Chr.</i> .....	500
<i>Honolulu, Hawaii, 2049</i> .....	503
<i>Boston, Massachusetts, Gegenwart</i> .....	513
 <b>Hinweis des Autors</b> .....	517
<b>Dank</b> .....	519
<b>Anmerkungen</b> .....	524
<b>Register</b> .....	535