

# INHALT

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

<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
»Ich werde für Sie beten« .....	306
»Wunder gibt es wirklich« .....	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 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