

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b>	<b>13</b>
<b>Einleitung</b>	<b>17</b>
<b><u>Wie funktionieren wir? – Medizin</u></b>	<b><u>29</u></b>
Neurobiologie – Die Macht der Emotionen	38
Autonomes Nervensystem – Wege von Krankheit und Gesundheit	43
Epigenetik – Sind wir biologisch unserer Genetik ausgeliefert?	50
Placebo – Sind Glaube und Erwartung stärker als Chemie?	53
Energiesystem – Lebensenergie und Bewusstsein	63
Biologische Diagnosemöglichkeiten jenseits der Technik	74
<b><u>Wie funktionieren wir? – Psychologie</u></b>	<b><u>79</u></b>
Das Unbewusste, die geheime Macht in uns	82
Selbsterkenntnis – wir sind mehr, als wir denken	93
Wie kommt es zum Verlust unserer menschlichen Natur?	113
Hätten wir ohne ein lebenserhaltendes Schutzsystem überlebt?	121
Glaubenssätze – was bestimmt unser Leben?	135
Eigenverantwortung – selbst verantworten!	141
Abhängigkeits- und Kompensationsmuster, nicht(s) mehr fühlen	148
<b><u>Wie funktionieren wir? – Metaphysik</u></b>	<b><u>157</u></b>
Gott, der Mensch und sein Universum	163
Liebe und Gesundheit	186
Wille, wer oder was will in mir?	194
Metaphysische Erfahrungen – Einbildung oder erlebbar?	202

**Was macht uns krank? – emotional bedingte Reaktionsmuster 217**

Stress: Entstehung und Wirkung – der entscheidende Faktor	227
Familie, die wesentliche Prägung in der Eltern-Kind-Beziehung	235
Beruf – wechselseitige Effekte	248
Umwelt, Kultur und Religion – Konditionierungsreize	250
Partnerschaft – herzenszentrierte Herausforderung	256
Zwischenmenschliche Kommunikation	268
Sexualität – Leidenschaft, die Leiden schafft	271

**Gesundheit im Schatten unserer bio-emotionalen Natur 277**

Der Mensch ist mehr als nur die Summe seiner Einzelteile	290
Irr- oder Heilungswege	306
Emotionen – der Schlüssel zur Gesundheit	333

**Literatur 351**

**Glossar 355**

**Anhang: Chakra-Tafel 359**

**Über den Autor 361**