

# Inhalt

<b>Vorwort: Natur und Gesundheit – ein Thema für das neue Jahrtausend</b> <i>Von Dr. Thomas Haase</i> . . . . .	<b>10</b>
<b>Einleitung: Was Sie in diesem Buch erwartet</b> . . . . .	<b>13</b>
<b>Kapitel 1: Das Geheimnis der Bäume</b> . . . . .	<b>16</b>
Was haben Bäume mit unserer Gesundheit zu tun? . . . . .	16
»Wir müssen das verstehen« – Bäume und Immunsystem . .	23
Von Baum zu Baum – und unsere Zellen lauschen mit . .	29
Perspektivenwechsel . . . . .	36
<i>Kurz &amp; bündig</i> . . . . .	41
<b>Kapitel 2: Evolution und Medizin</b> . . . . .	<b>43</b>
Die Geschichte meines Kniegelenks. . . . .	43
Evolution von Krankheit und Gesundheit . . . . .	51
Macht uns die Trennung von der Natur krank? . . . . .	53
Krebs begann mit LUCA . . . . .	58
Die »Evolutionsbrille« – Weg der Erkenntnis oder Irrweg? . . . . .	64
<i>Kurz &amp; bündig</i> . . . . .	70

<b>Kapitel 3: Der Mensch im Netzwerk des Lebens</b> . . . . .	<b>72</b>
Ein Teil des Waldes . . . . .	72
Die gesamte Natur strebt nach Wald. . . . .	80
Wie die Erde unsere Organe formte . . . . .	84
Ist die Erde selbst ein Lebewesen? . . . . .	94
Der Mensch endet nicht an seiner Hautoberfläche . . . . .	98
Biophilia und der Heilungscode der Natur . . . . .	102
<i>Kurz &amp; bündig</i> . . . . .	108
 <b>Kapitel 4: Die Öko-Psychosomatik</b> . . . . .	 <b>111</b>
Von den Anti-Krebs-Terpenen zum Herzschutz aus der Natur . . . . .	111
Die organische Antenne und ihr Netzwerk im Körper. . . . .	119
Reptiliengehirne im Industriezeitalter . . . . .	126
Wie uns die Natur über unsere organische Antenne gesund macht . . . . .	131
Wie das Diktat der Wirtschaft die Organe des Homo sapiens kaputt macht . . . . .	138
»Ich bin dann mal weg«. . . . .	142
Wald oder Savanne? . . . . .	148
<i>Kurz &amp; bündig</i> . . . . .	151
 <b>Kapitel 5: Das heilsame Band zwischen Mensch und Tier</b> . . . . .	 <b>154</b>
Als ich einen Waldbewohner rettete . . . . .	154
Von Menschen und »anderen Tieren«. . . . .	161
Die Freundschaft mit Tieren . . . . .	173
Heilsame Begegnungen. . . . .	183
Das Gesundheitshormon Oxytocin . . . . .	193
<i>Kurz &amp; bündig</i> . . . . .	197

<b>Kapitel 6: Das große Geheimnis des Lebens. . . . .</b>	<b>200</b>
Lebenskräfte. . . . .	200
Das Mysterium um den Ursprung des Universums. . . . .	205
Der Funke des Lebens. . . . .	210
Warum das menschliche Bewusstsein an die Natur angeschlossen ist. . . . .	216
Die Natur zeigt uns: Wir sind nicht das Gehirn. . . . .	224
Die Abschaffung des Geistes . . . . .	228
Die Wiederentdeckung des Geistes . . . . .	237
<i>Kurz &amp; bündig.</i> . . . .	241
 <b>Kapitel 7: Die Zukunft der Öko-Psychosomatik . . . . .</b>	<b>244</b>
Ein neues Fundament für die Öko-Psychosomatik . . . . .	244
Die öko-psychosomatische Klinik . . . . .	248
Allergien: Ein Beweis für den Heilungscode der Natur . . .	253
Öko-Psychosomatik ohne rosarote Brille . . . . .	257
<i>Kurz &amp; bündig.</i> . . . .	259
 <b>Gastbeitrag: Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile Von Dr. Peter Weish . . . . .</b>	<b>261</b>
Die Komplexität der Welt . . . . .	261
Das Scheitern reduktionistischer Ansätze . . . . .	262
Die wichtige Verbindung zwischen Ökologie und Medizin . . . . .	265
 Ein großes »Danke«. . . . .	267
Anmerkungen . . . . .	269
Register. . . . .	280