

INHALT

| | |
|---|-----|
| Teil 1: Die Entfaltung Ihrer größten Gabe | 9 |
| Ein goldenes Zeitalter für das Gehirn | 10 |
| Fünf Mythen, mit denen wir aufräumen sollten | 34 |
| <i>Superhirn-Lösungen: Gedächtnisverlust</i> | 69 |
| Superhirn-Helden | 75 |
| <i>Superhirn-Lösungen: Depression</i> | 98 |
| | |
| Teil 2: Wirklichkeit erschaffen | 119 |
| Ihr Gehirn, Ihre Welt | 120 |
| <i>Superhirn-Lösungen: Übergewicht</i> | 146 |
| Ihr Gehirn entwickelt sich weiter | 159 |
| <i>Superhirn-Lösungen: Angststörungen</i> | 183 |
| Das »emotionale« Gehirn | 207 |
| <i>Superhirn-Lösungen: Persönliche Krisen</i> | 220 |
| Vom Verstand zur Intuition | 231 |
| <i>Superhirn-Lösungen: Zu Ihrer Stärke finden</i> | 265 |
| Wo das Glück zu Hause ist | 280 |
| <i>Superhirn-Lösungen: Selbstheilung</i> | 303 |
| | |
| Teil 3: Geheimnis und Versprechen | 313 |
| Ein die Alterung aufhaltendes Gehirn | 314 |
| <i>Superhirn-Lösungen:</i> | |
| <i>Ein möglichst langes Leben</i> | 334 |
| Das erleuchtete Gehirn | 363 |
| <i>Superhirn-Lösungen:</i> | |
| <i>Gott Wirklichkeit werden lassen</i> | 391 |
| Die Wirklichkeitsillusion | 406 |

| | |
|--|-----|
| <i>Superhirn-Lösungen: Wohlbefinden</i> | 438 |
| <i>Rudys Nachwort: Ein hoffnungsvoller und zuversichtlicher Ausblick auf die Alzheimer-Krankheit</i> | 448 |
| <i>Deepaks Nachwort: Jenseits von Grenzen</i> | 460 |
| | |
| <i>Dank</i> | 469 |
| <i>Anmerkungen des Übersetzers</i> | 471 |
| <i>Über die Autoren</i> | 475 |