

INHALT

Vorwort	7
01 Das Leben, wie es gelebt wird	13
02 Wenn Stress das Herz bricht	37
03 Die Weichen werden früh gestellt	61
04 Wie der Körper wieder zu seiner Seele kam	87
05 Mit dem Rücken zur Wand	115
06 Ist Krankheit wirklich Schicksal?	139
07 Wenn mir mein Körper zum Feind wird	169
08 Geist und Seele über Materie und Körper	193
09 Aufbruch in eine neue Medizin	221

Anhang:

Kurzanleitung zum Expressiven Schreiben	247
Danksagung	250
Quellennachweise	252
Literatur	253
Register	266