

Einleitung	8
-----------------------------	---

Wenn einem das Leben entgleitet – Bauer Henningsens Geschichte	12
---	----

Dreidimensionalität: Woraus sich Gesundheit bisher zusammensetzt	28
Ist Medizin „sinnlos“?	31
Das Leben ist subjektiv	35
Warum hat der Mensch eigentlich ein Gehirn?	38
Das Bewusstsein erweitern	41
Gesundheit ist nicht nur eine ärztliche Entscheidung	44

Mind-Body-Medizin: Geist, Seele und Körper sind unzertrennlich	50
Sich selber regulieren	52
Es ist der Geist, von dem alles abhängt	55
Wieder zur Besinnung kommen	58

Das ABC des Glücks und eines erfüllten Lebens	64
Aufbrechen statt zurückwollen	66
Wie Glück im Allgemeinen funktioniert	68
Auf den Spuren des Sinns im 20. Jahrhundert	71
Glück ist lernbar	79
Wenn alle Bedürfnisse erfüllt sind	83
Das ERG-Modell oder was uns wirklich motiviert	86

Wenn einem Sinn und Glaube abhandenkommen – Francescas Geschichte	92
Die vierte Dimension der Gesundheit	102
Nicht ausgebrannt, sondern unglücklich	104
Sinnkrise oder gefühlte Heimatlosigkeit	109
Von der Theorie in die Praxis	114
Systemische Widerstände	121
Ein Mangel an Verbundenheit	126
Die Realität einer Vision	132
Den Dualismus überwinden	135
Zwischen den Welten – Sarahs Geschichte	138
Die Kraft von Verbundenheit	148
Nostalgie oder das Glück, nach Hause zu kommen	151
Das mediterrane Syndrom	156
Wundermittel der Medizin	161
Sinn, Bedeutung und Zugehörigkeit in anderen Kulturen	169
Die Bedeutung des Wortes und des Glaubens – Carstens Geschichte	178
Sich gegenseitig in der Essenz begegnen	191
Der heilige Moment	192
Dem, was schon da ist, Raum geben	197
Was ich von meinen Patienten gelernt habe	201
Medizin trifft Seelsorge	204

Wenn höhere Mächte ins Spiel kommen – Jürgens Geschichte	208
Zu guter Letzt: Vom Ich zum Wir	224
Danksagung	236