

Inhaltsverzeichnis

Erster Teil

1.0.0	DIE GEISTIGE VERDAUUNG.....	18
1.1.0	In einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist.....	18
1.1.1	Die Einheit von Geist, Seele und Körper	18
1.1.2	Das Bewusstsein, unser wichtigstes Werkzeug	35
1.1.3	Der Glaube versetzt Berge	45
1.1.4	Wirksame Methoden zur Bekämpfung des geistigen Giftes, der Angst.....	51
1.2.0	Die Probleme unserer geistigen Verdauung	63
1.2.1	Was ist Gut und Böse, was Schuld und Sühne?	63
1.2.2	Warum werden die Alten wie die Kinder?	74
1.2.3	Die Kinder als unser Spiegelbild.....	84
1.3.0	Unser Gesundheitssystem, ein Dilemma?.....	99
1.3.1	Wie hilfreich ist unser Gesundheitswesen?	99
1.3.2	Unser Gesundheitswesen in Verbindung mit unseren Glaubenssätzen	108
1.4.0	Der Tod, die Voraussetzung jeder Entwicklung und jeden Lebens	123

Zweiter Teil

2.0.0	DIE KÖRPERLICHE VERDAUUNG.....	136
2.1.0	Unwissenheit und kritiklose Annahme der Körpersignale als Wegbereiter jeglicher Krankheit und vorzeitigem Ableben.....	136
2.2.0	Aufbau und Mechanismus des Verdauungsrohres.....	143
2.2.1	Die Mundhöhle und Speiseröhre	147
2.2.2	Der Magen.....	154
2.2.3	Der Dünndarm.....	161
2.2.4	Der Dickdarm	167
2.2.5	Die Afterschließmuskeln.....	171
2.3.0	Unsere Ausscheidungsprodukte als Warnsignale	182
2.3.1	Zustandsformen des Kotes einer gesunden Verdauung	182
2.3.2	Zustandsformen des Kotes einer krankhaften Verdauung	187
2.4.0	Das natürliche Hemmungs- und Reparaturprinzip.....	189
2.5.0	Die Darmmuskulatur, unser 2. Herz	198
2.5.1	Allgemeines über Blut- und Lymphkreislauf	198
2.5.2	Die Bedeutung der Blutversorgung von Darm und Leber.....	207
2.6.0	Störungen der Darmarbeit.....	212
2.6.1	Die Überregung des Darmes (Hyperkinese)....	212
2.6.2	Die Untererregung des Darmes (Hypokinese).	218

2.7.0	Lageveränderung innerer Organe durch die Darmträgheit	221
2.8.0	Krankhafte Veränderungen der Verdauungsorgane als Folge der Trägheit des Darmes	224
2.8.1	Die Mund- und Nasenhöhle	224
2.8.2	Der Magen	227
2.8.3	Der Darm	228
2.8.4	Die Leber	233
2.8.4.1	Stauungsleber	235
2.8.5	Die Bauchspeicheldrüse (Pankreas)	243
2.8.6	Divertikel und Hämorrhoiden	246
2.8.7	Entzündliche Tumoren und Darmpolypen.....	249
2.8.8	Darmkrebs	250
2.9.0	Folgeerscheinungen der Darmträgheit	252
2.9.1	Allgemeines	252
2.9.2	Bauchformen und Körperhaltung.....	255
2.9.3	Die Lymphe, das Blut.....	263
2.9.4	Das Nervensystem	268
2.9.5	Das Herz und die Blutgefäße.....	279
2.9.6	Die Knochen, Gelenke und Muskeln	288
2.9.7	Die Nieren.....	292
2.9.8	Die Atmungsorgane	299
2.9.9	Die Augen.....	302
2.9.10	Die Geschlechtsorgane	304
2.9.11	Die Haut.....	312

2.9.12	Die Haare und Nägel	319
2.10.0	Ursprung und Entwicklung der Darmträgheit...	325
2.11.0	Verbesserung der vorhandenen Zustände	334
2.11.1	Die „Mayr-Kur“ als Selbsttherapie	346
2.11.2	Die Auswirkungen der Mayr-Kur.....	353
2.12.0	Der ANO von Junker® ein segensreiches Hilfsmittel.....	361
2.12.1	Gebrauch und Wirkungen des ANO von Junker®	361
2.13.0	Der Weg zur Zufriedenheit	368
2.14.0	Wissenswertes über natürliche Medizin	373
2.14.1	Über Spurenelemente allgemein	373
2.14.2	Zeolith und Montmorillonit sind Molekular- siebe, die unseren Körper reinigen und Zellen reparieren	375
2.14.3	Die Bedeutung von kolloidalem Silber auf unser Immunsystem	377
	Abbildungs- und Tabellenverzeichnis.....	386
	Literaturhinweise	388
	Wörterklärungen.....	391
	Sachverzeichnis	404
	Hilfreiche Literatur	435
	Persönliche Notizen	438