

# Inhalt

## **BEWUSSTSEIN & PERSPEKTIVEN**

- 6 *SEELISCHE ASPEKTE*  
Alexandra Kleeberg: Sich dem Leben zuWENDEn
- 20 *VERBUNDEN SEIN*  
Beatrix Teichmann-Wirth: Die Beziehung als heilsames Agens
- 27 *HEILIMPULSE*  
Leben

## **GESUNDHEIT GESTALTEN**

- 16 *PRAKTISCHE TIPPS*  
Nicole Weis: Mundschleimhautentzündungen naturheilkundlich behandeln und lindern
- 24 *PRAKTISCHE TIPPS*  
Petra Barron: Auflagen und Wickel
- 35 *PRÄSENT UND DA SEIN*  
Angelika Fellenberg: Licht in der Dunkelheit – eine Kerzenmeditation
- 36 *DAS GEHEIMNIS DER KNOSPEN*  
Susanne Schimmer, Barbara Bichsel und Julia Brönnimann: Durch die Wechseljahre mit Knospenkraft

## **MENSCHEN & MEINUNGEN**

- 12 *INTERVIEW*  
Bruno Müller-Oerlinghausen: Über den Tastsinn und die Urkommunikation
- 28 *PATIENTENBERICHT*  
Sarah Herrwerth: Ums Überleben kämpfen. Verwandlungen auf dem Weg mit der Krankheit

# Inhalt

## BEWUSSTSEIN & PERSPEKTIVEN

- 6 **SEELISCHE ASPEKTE**  
Alexandra Kleeberg: Sich dem Leben zuWENDEn
- 20 **VERBUNDEN SEIN**  
Beatrix Teichmann-Wirth: Die Beziehung als heilsames Agens
- 27 **HEILIMPULSE**  
Leben

## GESUNDHEIT GESTALTEN

- 16 **PRAKTISCHE TIPPS**  
Nicole Weis: Mundschleimhautentzündungen naturheilkundlich behandeln und lindern
- 24 **PRAKTISCHE TIPPS**  
Petra Barron: Auflagen und Wickel
- 35 **PRÄSENT UND DA SEIN**  
Angelika Fellenberg: Licht in der Dunkelheit – eine Kerzenmeditation
- 36 **DAS GEHEIMNIS DER KNOSPEN**  
Susanne Schimmer, Barbara Bichsel und Julia Brönnimann: Durch die Wechseljahre mit Knospenkraft

## MENSCHEN & MEINUNGEN

- 12 **INTERVIEW**  
Bruno Müller-Oerlinghausen: Über den Tastsinn und die Urkommunikation
- 28 **PATIENTENBERICHT**  
Sarah Herrwerth: Ums Überleben kämpfen. Verwandlungen auf dem Weg mit der Krankheit

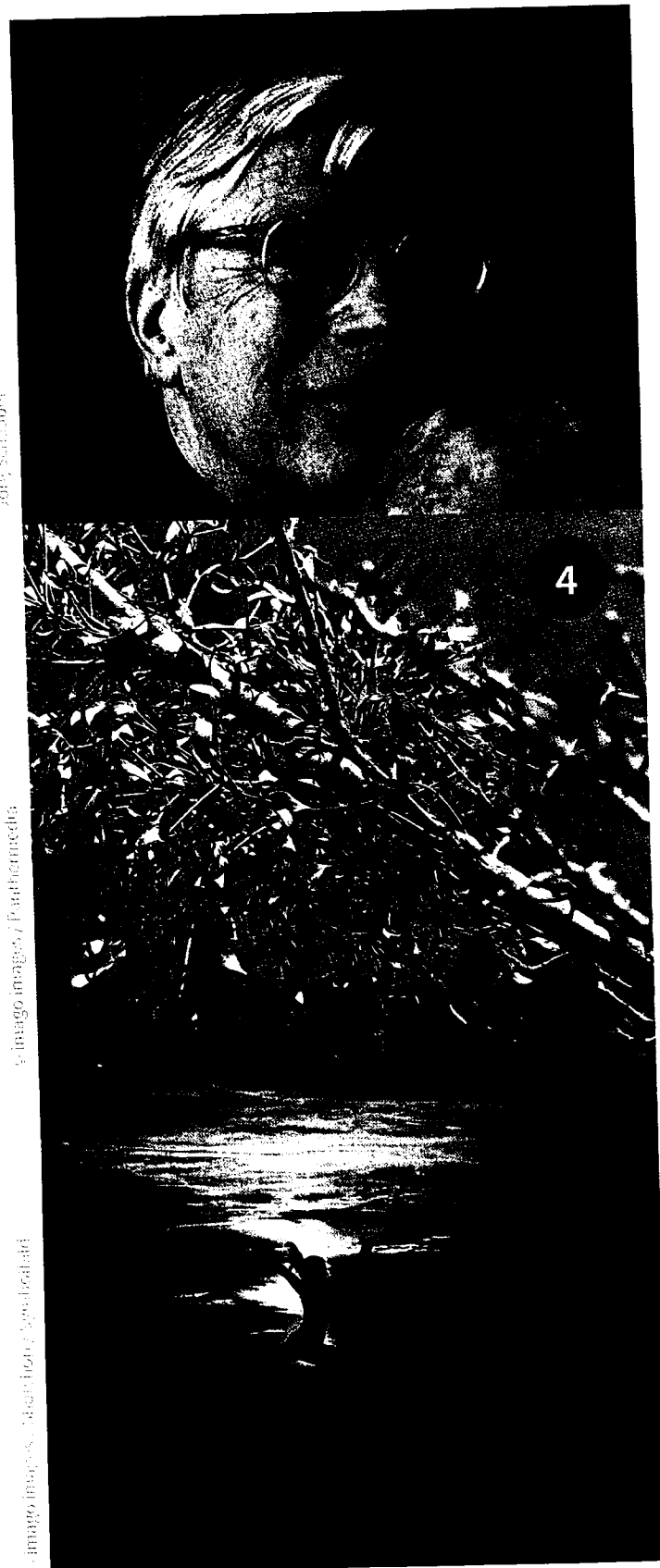


foto: Sarah Bieri

© imago images / Panthermedia

© imago images / Panthermedia

## **BEWUSST GENIESSEN**

### 32 **REZEPTE**

Annette Bopp: Genussküche im Winter

## **INFORMATIONEN**

### 4 **KURZ NOTIERT**

Grüner Tee zur Krebsvorbeugung

Mistel und zielgerichtete Krebstherapie

Sport gegen Brustkrebs

### 38 **SPRECHSTUNDE**

Resveratrole oder Polyphenole als Ergänzung zur Krebstherapie

Weniger Tamoxifen bei Brustkrebs?

Schwarzkümmelöl und Krebs

Mistel bei Corona-Infektion

### 42 **FÜR SIE ENTDECKT**

Miriam Reichel: Krebsleben. Die Kombination der Möglichkeiten

Peter Wohlleben: Das geheime Leben der Bäume

Adriana Bosch und Nadja Thiel: Film „Ironwomen“

### 45 **DANKE**

### 46 **AUS DEM LEBEN DER GFBK**

### 51 **KALENDER**

### 52 **AUSBLICK/IMPRESSUM**