

Anna Elisabeth Röcker

Die Spiritualität des Körpers

Mit Leib und Seele leben

Integral

Inhalt

Einleitung 7

Teili

Was die Welt zusammenhält 11

1. Ein Werk der Wunder 13
2. Der Drache lernt fliegen 19

Teil 2

Das Wirken des Geistes im Körper erfahren 31

3. Die Sprache des Körpers 33
4. Das Immunsystem als Spiegel der göttlichen Ordnung 69
5. Leben im Rhythmus 77
6. Die Macht der Gefühle 93

Teil 3

Die Beziehung zwischen Körper, Seele und Geist
erleben 129

7. Die Sinne - unser Tor zur Welt 131
8. Irdische und überirdische Schönheit 149
9. Sexualität als spiritueller Weg 165
10. Körperleid und Körperlast 177

Teil 4

Spirituelle Entwicklung über den Körper 189

- 11. Zauberwort Energie 191**
- 12. Die Chakras - Zentren der Lebensenergie 217**
- 13. Von der äußeren zur inneren Haltung 248**
- 14. Mit magischen Kräften den Körper programmieren 264**

Teil 5

Der Alltag als Übung 285

- 15. Fünf Schritte auf dem Weg zur Spiritualität
des Körpers 287**
- 16. Sieben rituelle Körperhaltungen 291**
- 17. Zehn Strategien für den Alltag 299**

Nachwort 315

Literatur 317

Informationen 318