

Dr. med. Wolfgang Schachinger
Dr. med. Ernst Schrott

**GESUNDHEIT
AUS DEM SELBST:
TRANSZENDENTALE
MEDITATION**

Einleitung	
EIN UNERSCHÖPFLICHES POTENTIAL IN UNS	9
Kapitel 1	
ZUGANG ZUR INNEREN QUELLE DER GESUNDHEIT	13
Kapitel 2	
DER INNERE ARZT	23
Kapitel 3	
IM SELBST GEGRÜNDET	29
Kapitel 4	
WIE MAN DAS VOLLE GEISTIGE POTENTIAL ENTFALTET UND NUTZT	43
Kapitel 5	
GESUNDER GEIST, GESUNDER KÖRPER	59
Kapitel 6	
TM IN JEDEM LEBENSALTER	107
Kapitel 7	
MEDITATION UND MANAGEMENT	121
Kapitel 8	
TM UND RELIGION	131
Kapitel 9	
MAHARISHI MAHESH YOGI UND DIE TM-BEWEGUNG	137
Kapitel 10	
DIE WELT IST MEINE FAMILIE	145
Kapitel 11	
WIE ERLERNE ICH TM	157
Kapitel 12	
FRAGEN UND ANTWORTEN	169
ANHANG	187
Übersicht der Anwendungsmöglichkeiten der TM	
Die Autoren	
Empfohlene Bücher	
Adressen	
Danksagung	