

**DIVO Helche Weber/
Ursula Fassbender**

ALTA-MAJOR ENERGIE

Du bist die Haltung, die Du einnimmst

Verlag PETER ERD • München

INHALT

VORWORT

Zur Entstehung dieses Buches. 11

EINFÜHRUNG

Die innere und äußere Haltung des Menschen.....17

TEIL 1

Kapittel:Die Wurzeln. 25

Was hat die Körperhaltung mit der seelischen Verfassung
zutun? 25

Wie ist die Wirbelsäule aufgebaut?.....29

Was ist das Rückenmark? 31

Wie funktioniert das Nervensystem? 32

Wie arbeiten die Muskeln? 37

Die Diagnosen der häufigsten Rückenleiden. 40

Was bringt die Körperhaltung zum Ausdruck? 46

Was ist die Buddha-Haltung?..... 53

Was hat die aufrechte Körperhaltung mit dem rechten
Blickwinkel zu tun? 56

Die Füße 59

Was sind Chakras? 62

Das Wechselspiel zwischen Chakras und Drüsen 70

Das Geheimnis der Thymusdrüse: Der Tresor von
Lebensfreude und Gesundheit 72

Der Homo spiritualis: Der nächste Schritt der menschlichen Evolution?	76
---------------------------------------------------------------------------------	----

<i>Kapitel 2: Die Quelle.</i>	81
Was ist Körperintelligenz?	81
Das Alta-Major-Zentrum: Das Tor für Lebensenergie	86
Wie können wir uns mit der Lebensenergie verbinden?	87
Der innere Heiler oder mein Schutzengel.	90
Was ist Karma?	93

<i>Kapitel 3: Die Vision.</i>	99
Meine Lebenseinstellung: Meine Einstellung zu mir	99
Was bedeutet Programmierung?	103
Die Vision vom aufrechten Menschen.	105
Bereitschaft: Das Ja zu leben	110
Was bedeutet der Ist-Zustand?	111
Die Vision vom Homo spiritualis.	112
Die große Chance »behindernder« Krankheiten.	114

TEIL 2

<i>Kapitel 1: Bewußt-Sein.</i>	121
Was hat Berührung mit Bewußt-Sein zu tun?	121
Was sind Schmerzen?	125
Krankheit und Gesundheit	129
Die Berührung mit der eigenen Wirbelsäule.	131
Dankbarkeit.	134
Wie unterstützt Mitgefühl Heilung?	137
»Be-greifen« und »Ver-stehen«.	139

<i>Kapitel 2: Aufrecht-Sein.</i>	143
Der Knick in Ihrer Wirbelsäule.	143
Der Impuls zum Aufrichten.	151
Bedeutet Leichtkraft »Lichtkraft«?.	152
Die Leichtkraft: Das Geheimnis des Aufrecht-Seins	154
Was hat »aufrecht« mit »aufrichtig« zutun?	162

<i>Kapitel 3: Heil-Sein.</i>	.167
Was bedeutet »Heilung«?	.167
Heil und heilig	.171
Was ist das Ansteckungsphänomen?	.173
Partnerschaft: Liebe heilt	.175
Metamorphosen	.180
 SCHLUSS	
Die Saat geht auf	.185
 NACHWORT •	
	.187
 ANHANG	
	.189
 QUELLENVERZEICHNIS	
	.193