

Birgit Baader

Geburt

Die Wiederentdeckung
des weiblichen Weges

Ein Plädoyer für
Nähe, Wärme und das
Gebären mit der Natur

atmosphären

nhalt

<i>Vorwort von Michel Odent</i>	7
<i>Einführung</i>	8

I

Visionen einer heiligen Geburt	13
1. Die Urkraft der Natur	14
Die Kraft des Weiblichen	15
2. Dreieinigkeit: Körper- Geist- Seele	19
Körperbewusstsein	20
Geistiges Bewusstsein	29
Seelenbewusstsein	34
3. Geburtshilfe?	37
4. Geburtsvorbereitung?	41
5. Geburtsrituale	67
Rituale vor und während der Geburt	69
Rituale nach der Geburt	81

II

Sichtweisen auf die Geburt	89
1. Der Westen	91
2. Der Osten	97
3. Geburt - Gleichklang der Gegensätze	107
4. Die Sicht der Kinder	114
5. Die Väter	121

III

Wassergeburt	125
1. Wasser - Quelle des Lebens	126
2. Geschichte der Wassergeburt	129
3. Geburt im Fluss	134
4. Mythen und Anekdoten	137
5. Wassergeburt in Zahlen	140

IV

Individuelle Geburtswege.	145
1. Hebammen.	146
2. Delphingeburt.	153
3. Hausgeburt - Wassergeburt zu Hause.	159
4. In der freien Natur.	161

V

Geburtsvariationen.	167
Julie.	168
Noa.	171
Sagara.	174
Surya und Benjamin.	180

VI

Infoteil.	187
1. Fakten und Forschungsergebnisse.	188
2. Informationen und Kontakte.	201
Spirituelle Geburtsvorbereitung.	201
Körperliche Geburtsvorbereitung.	202
Gebärhaltungen.	207
Kliniken und Geburtshäuser.	208
Hebammen.	209
Doulas.	210
Beckenanmietung.	211
Wassertraining und Delphine.	212
Lotusgeburt.	216
Babymassage.	218
Stillen.	219
Windelfreie Erziehung.	220
Literaturempfehlungen.	221
Filme und Videos.	222
Websites im Internet.	222
<i>Schlusswort.</i>	225
<i>Danke!</i>	226
<i>Anmerkungen.</i>	228
<i>Abbildungsverzeichnis.</i>	232
<i>Sachwort- und Namenregister.</i>	237
<i>Zur Autorin.</i>	240