

Geleitwort	6	Hindernisse der Lösung vom Mutteratem	44
Vorwort	8		
Mein eigener Erkenntnisweg	14		
		Die Erlangung des eigenen Atems im Überblick	52
Atem ist Bewusstsein	20		
		Die Lösung des Mutteratems in der systemischen Aufstellung	58
Die ganzheitliche Sicht des Mutteratems	24		
		6.1 Die Aufstellungsutensilien und ihre Anwendung	61
3.1 Das lunare und solare Atemprinzip	32	6.2 Die Arbeit im systemischen Feld	65
3.2 Die Leihgabe des Mutteratems	34	6.3 Die Unterstützung der Lösung vom Mutteratem durch Homöopathie	70

Mechthild Scheffer: Die Unterstützung durch Bach-Blüten bei der Ablösung vom Mutteratem 76

**10** Die Atemübertragung im Sterbeprozess 108

Die Erweckung des Eigenatems durch rhythmische Atemübungen 84

Harald Knauss: Mutter und Atem – Symbole des Lebens 116

8.1 Rhythmische Atemübungen im Sitzen, Stehen und Knien 87  
8.2 Basisübungen des Prāṇāyāma 90

Die spirituelle Dimension des Eigen- und Schöpfungsatems 98

10.1 Die große und heilige Mutter 120  
10.2 Die drei Mütter 123  
10.3 Die Mutter und der Atem 124  
10.4 Die Mutter und die drei grundlegenden rhythmischen Atemübungen 126

Schlussbetrachtung 130

Anhang 132

Literaturverzeichnis 133

Abbildungsverzeichnis und Kurse 134

Vita 135

Impressum 143