

Geleitwort	6	Hindernisse der Lösung	
Vorwort	8	vom Mutteratem	44
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			
6.2 Die Arbeit im systemischen Feld 65			
6.3 Die Unterstützung der Lösung			
vom Mutteratem durch			
Homöopathie 70			
3.1 Das lunare und solare			
Atemprinzip	32		
3.2 Die Leihgabe des Mutteratems	34		

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