

# INHALT

<b>Vorwort</b>	<b>7</b>
<b>Einleitung</b>	<b>11</b>
<b>Energie und Energetik</b>	<b>31</b>
Geschichte der Energie	31
Die Energetik Wilhelm Ostwalds	44
Energie im 20. und 21. Jahrhundert	51
<b>Körperlichkeit</b>	<b>67</b>
Organismen als selbstregulierende Systeme	68
Leben ist Bewegung	73
Bewegung und Stress	75
Schutz und Wachstum	78
Arten der Bewegung	80
Westliche Traditionen heilender Bewegung	93
<b>Geist/Spiritualität</b>	<b>109</b>
Auf der Suche nach Einheit	109
Spiritualität in der Forschung	113
Verändertes Bewusstsein	121
Kontakt mit anderen Wirklichkeiten	140
Konzepte der inneren Stille	181
<b>Das menschliche Energiefeld</b>	<b>197</b>
Chemisch-biologische Zugänge	198
Psychologische Zugänge	228
<b>Persönliche Zugänge</b>	<b>237</b>
Warum Bewegung und Stille?	238
Außergewöhnliche Erfahrungen	244
DESBLOQUEO als Körperkonzept	249
DESBLOQUEO als spirituelles Konzept	255
DESBLOQUEO und das Energiefeld	264
<b>Ausblick</b>	<b>277</b>
<b>Anmerkungen</b>	<b>281</b>
<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>309</b>