

Einführung	7
1 Schöpfung – Entstehung	11
Von Zellen zu Röhren	14
Die pulsierende Pumpe	21
Vom inneren Bewegungsfluß zur Fortbewegung	30
2 Der Bauplan des Körpers	39
Muskeln	48
Knochen	54
Der Blutgefäßbaum	56
Atmung	58
Gehirn und Nervensystem	67
Die unsichtbare Schicht: Flüssigkeit, Empfindung, Hormone und Emotion	74
Anatomie als Identität unseres Selbst	76
3 Seelische Verletzungen der Form	81
Aufrechtsein und emotionale Verletzung	81
Verletzungen, Alarmreaktionen und Streß	86
Die Verkörperung von Streßerfahrungen	98
Streß und emotionaler Ausdruck	112
4 Muster somatischen Leids	125
Zu stark und zu schwach begrenzte Strukturen	125
Die rigide Struktur	126
Die verdichtete Struktur	138
Die aufgeschwollene Struktur	148
Die kollabierte Struktur	158
Vergleich der Strukturen	168
5 Somatische Wirklichkeit	171
6 Somatische Wechselwirkungen	181