

PETER ERLLENWEIN

LEBEN IST BERÜHRUNG
EINFÜHRUNG IN DIE
HOLISTISCHE KÖRPERPSYCHOTHERAPIE



Homo Integralis Publications

INHALT

Vorwort des Verlegers	4
Einführung	6
I. Holistische Körperpsychotherapie	14
<i>1. Prämissen, Ansätze, Perspektiven</i>	
<i>2. Wilhelm Reich und seine Nachfolger*innen</i>	
<i>3. Der Leib als unmittelbarer Ausdruck des Unbewußten</i>	
<i>4. Körper, Symbol, Sprache</i>	
II. Zustände	89
<i>1. Raum (Leere)</i>	
<i>2. Boden (Horizontale)</i>	
<i>3. Höhe/Tiefe (Vertikale)</i>	
<i>4. Energie (Impuls/Bewegung)</i>	
<i>5. Ich/Selbst (Bewußtsein)</i>	
III. Gegenstände als Symbolträger	119
<i>1. Stab (Das Gerade, Lange)</i>	
<i>2. Stein (Das Schwere, Harte)</i>	

3. Reissäckchen (*Das Runde, Weiche*)

IV. Körpertherapeutische Grundmittel: Atem, Energie, Kontakt **136**

1. *Körpererfahrung und Selbstbild (Innen/Außen)*
2. *In Bewegung kommen: Wahrnehmung, Empfindung/Berührung, Ausdruck*
3. *Urformen: liegen, sitzen, aufrichten, stehen, gehen, laufen, drehen, fallen*
4. *hören, sprechen, atmen: Sprache als leibseelisches Resonanzfeld*

V. Prozeß und Konflikt: Innere Entwicklung und Widerspruch **192**

1. *Kontakt und Grenze: Ja / Neinhaltungen, Kompromisse, Überschreitungen*
2. *Innovative Gebärdenprozesse mit Objekten*
3. *Widerstand: Archetypische Schattenarbeit und verdrängte Potentiale*

VI. Auf der Suche nach Sinn: Er-Innerung als morphogenetisches Feld **228**

1. *Transzendieren und integrieren: der integrale Ansatz*
2. *Da-Sein als Achtsamkeitsübung im Alltag: der doppelte Blick*

3. Flow, Präsenz und Erinnerung: Leben als Geschenk

Nachwort: 267

Bemerkungen zur Frage ‚Was heißt Heilung?‘

Danksagung 275

Literaturhinweise 276