

Inhaltsverzeichnis

DU und DEIN Körper sind ZWEI

Einleitung	5
Die vier Elemente	7
Unsere vier Körperbereiche	8
Die fünf Elemente-Lehre	12
Das fünfte Element	13
Unser Körperwesen	15
Der Schmerz	28
Die Lebenskraft für unseren Körper	30
Der Atem	32
Bovis-Skala oder Biometer	33
Die Körperschaukel	35
Wohn-, Schlaf- und Arbeitsräume in eine hohe Energie bringen	38
Die Sonne im Zentrum Deines Herzens	40
Bewusstsein	42
Literaturhinweis	46
Helmuth Koch	47