

Inhalt

I.	Von der rhythmischen Gymnastik zur therapeutischen Bewegungsarbeit	7
II.	Meditation in der Bewegung	30
III.	Gedanken zu den Grundprinzipien von Haltung und Bewegung	41
IV.	Ein Beispiel aus der Praxis	62
V.	Berichte aus den Stunden Entdeckungen – Einsichten – Reflexionen	67
VI.	Anhang Meditation in der Sprache (Wolfgang von Schöfer)	144
	Literaturverzeichnis	165