

PRATICA DELLA MEDITAZIONE DEL FIORE D'ORO:

1) Orientamento mentale: Lo spirito originale / Tao / «Il principio di Christo»

«Tornare l'attenzione via degli limiti e vivere la perfezione!»

(Il principio di Christo)

Che tutti gli esseri saranno felici e beati.

Che tutti gli esseri troveranno illuminazione e salvezza.

5 comandamenti di evoluzione di se stessi:

- | | |
|---|--|
| 1. «C'è solo una 'Divinità'» | (Essere abrogato nel sé) |
| 2. «L'uomo è responsabile» | (Consciamente creare il mondo nuovo) |
| 3. «Ama e rispetta ogni essere come te stesso»* | (Felicità e forza attraverso solidarietà)* |
| 4. «La vita è eterna» | (Pensare tempo e spazio in modo diverso) |
| 5. «Tutto ha un senso» | (Riconoscere e usare l'ordine superiore) |

*(Percepire ogni essere come tu stesso vorrebbe essere percepito.)

(5 comandamenti del libro "Selbstevolution" di Andreas Koch ©)

2) Codice di Guarigione: Preparazione per il potere di guarigione della meditazione

(istruzioni vedi pagine 229-232)*

«Con ogni cura vigila sul cuore perché da esso sgorga la vita». Re Salomone

«Preghiamo affinché tutte le immagini negative conosciute e sconosciute, le credenze nocive, le memorie cellulari distruttive e tutti disturbi fisici

vengano scoperti, esaminati e guariti, essendo pieno (di energie divine) di luce universale, forza della vita e potere curativo dell'amore.

Inoltre, preghiamo affinché l'efficacia di questa guarigione si moltipichi per cento e più volte»

Il Principio d'amore: "Decidetevi in ogni situazione di affrontarla con amore. Fate quello che mai si fa, di uno stato interiore di amore, concentrando sul momento presente! "

("Healing Code" di Alex Loyd - Ben Johnson ©) http://www.fascinoemagia.it/il_codice_della_guarigione.pdf (istruzioni pagine 229-232)*

3) Preparazione mediante stimolazione ed allineamento di energia:

Occhi aperti

La meditazione dovrebbe essere iniziato con alcuni esercizi di yoga (p.e. "saluto al sole") per allungarsi ed essere più flessibili, in modo di poter stare seduti per 20 a 30 minuti in massimo silenzio e rilassamento. - (Quindi si dovrebbe almeno tornare avanti e indietro schiena e spalle, allungare, ruotare, allentare e rilassare.)

1 Respiro del fuoco: Inalazione profonda e forte espulsione dell'aria con contrazione della parete addominale e il diaframma (energia kundalini). (Può essere aumentato di scafo-stretching e piegatura.)

(30 x ripetizione)

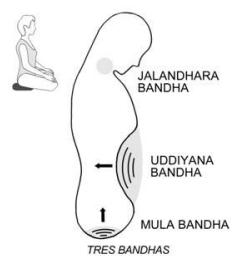
Occhi chiusi

2 Erezione per contrazione: Inalare profondamente dal coccige attraverso il canale spinale fino alla ghiandola pineale e allo stesso tempo contrarre e stringere le 3 chiusure "Bandha" (Pavimento pelvico, diaframma e muscoli del collo), tirando tutti i muscoli verso l'interno alle ossa, e rinforzando il volume e la contrazione respiratoria con piccoli spazi di respirazione, poi tenendo il respiro fino a quando si deve espirare e inalare di nuovo. Sollevare il corpo e raccogliere e conservare energia. Sollevare il corpo e raccogliere e conservare energia per la respirazione all'inverso.

(Ripetere 3x tra cui includere 1x chiusura degli 5 sensi - ogni volta rilassare - respiro profondo)

La 3a volta in più fermare i 5 sensi: occhi, naso, orecchie, bocca e lingua stringere e contrarre muscolare e mentale verso l'interno, verso il centro della testa

I TRE BANDHA



— Occhi chiusi, sguardo fisso al terzo occhio, lingua sul palato

- 3 3 Respirare attraverso il canale spinale della colonna vertebrale:** Inalare dal coccige attraverso il canale centrale (**Sushumna**) dei sottili canali energetici (**Nadis**) con la sillaba «HAM» (energia fredda) sopra la ghiandola pineale fino al terzo occhio. In seguito espirare con la sillaba «SA» (energia calda) a partire dal terzo occhio e ritornare tramite la ghiandola pineale attraverso il canale 'Nadi' centrale (**Sushumna**) e scendere col respiro fino al coccige.
(Il mantra «HAM - SA» del Kundalini Yoga ci aiuta a liberare la nostra dipendenza della materia e il coinvolgimento nelle nostre relazioni.)

(3-10 x rafforza il flusso di energia nella spina dorsale e risveglia l'energia kundalini per l'esercizio A4)

- 4 Aspettare l'impulso di respiro:** Aspettare completamente rilassato l'impulso respiratorio, semplice aspettare fino a quando il respiro respira da sé, senza il nostro aiuto - e aspettare fino a quando si pone l'impulso di espirare di nuovo, lasciare accadere, e percepire il rilassamento. (3 x)

- 5 Respirazione a narici alterne:** Narice sinistra aperta, chiudere narice destra con il pollice destro, espirare e inspirare e poi chiudere anche narice sinistra con l'indice o 4° e 5° dito della mano destra, aspettare con una pausa di pochi secondi - quindi aprire narice destra e tenere sinistra chiusa, espirazione e l'inalazione di nuovo, poi una nuova chiusura entrambe le narici e arresto. - Si prosegue poi a sinistra di nuovo.

(*contare a 7 durante la respirazione per inalazione, arresto ed espirazione/alternativi 4/8/8/4 o 4/16/8 (5 - 10 x)

L'impulso della respirazione deve venire dal cuore / se possibile concentrarsi simultanea sul silenzio, alle luce e al terzo occhio - Questo esercizio equilibra l'ossigenazione delle due metà del cervello e del corpo intero e lo fornisce con più ossigeno e inoltre provoca un elevato calmare degli pensieri.

4) Preparazione di rilassamento:

»RILASSARE TUTTO E DISTENDERSI«

— palpebre quasi chiuse* o completamente chiuse, la lingua al palato, affacciare il 3°occhio

* La lingua tocca il palato, vista diretta degli occhi alla punta del naso, le palpebre superiore fissare in questa posizione (solo se questa posizione può essere mantenuta senza sforzo) e lasciare entrare un po' di luce dall'esterno nella parte inferiore dell'occhio (altrimenti chiudere gli occhi completamente)*
Dirigere l'attenzione al 3° occhio (si trova tra le sopracciglia sopra la radice del naso, dietro la fronte alla distanza di circa un dito – il terzo occhio interiore è la ghiandola ipofisi nel centro della testa, da lì si guarda a quello occhio al centro della fronte, – il 3° occhio esterno).

- 1 Rilassare tutto e distendersi:** Tutto la gravità, tutto il dolore, tutte le riflessioni, tutta la tensione, passare in fondo della terra, sentirsi sostenuti della gravità nel bacino ed essere ancorato lì. Rilassare il nostro cervello completamente, ridurre la sua funzione di pensiero su ascolto e osservazione.
- 2 Uniforme, calmo e rilassato respirare naturalmente:** Sentirsi leggermente, come se tutto il corpo sarebbe senza peso di sopra del suolo, e spostare e dondolare fino a che la seduta si sente totalmente senza sforzo.
- 3 Interno del corpo:** Essere consapevoli presente all'interno del nostro corpo fisico, percepire energia e coscienza come luce in tutto l'interno del corpo. Essere presente in ogni cellula del corpo fino alla pelle e alle punte dei capelli.
- 4 Percepire corpo sottile ed i suoi centri sottili (chakra), canali (nadi) e meridiani:**
Rafforzare il corpo sottile (etereo) dal 3° occhio e dal punto di corona con la luce cosmica, l'energia vitale e la coscienza, collegare con il corpo fisico e lo spirito originale. Essendo seduti nella nostra forza ed energia sentirsi a proprio agio e protetti.
- 5 L'interno del cuore, aprire il spazio sacro:** Concentrare l'attenzione sul chakra del cuore, nel centro del petto all'altezza del cuore. Connettersi con se stessi in amore e apprezzamento nel più interno del "cuore spirituale" questo spazio sacro, e lasciare apparire una luce dorata e irradiarla. Far sorgere un "sorriso interno" che ci accompagnerà nella meditazione che segue. Espandere il spazio interno del cuore e sciogliere strutture di paura. Percepire il corpo di luce che ci circonda, ed estendere l'interno del nostro cuore al di là all'infinito fino a quando ci sentiamo uniti con tutta la creazione e mantenere questo legame per tutta la meditazione.

(Mantenere questo legame il più vicino nella vostra vita quotidiana!)

5) La pratica del «inversione della luce»: »Allineare tutti i sensi verso l'interno! «

— Nessuna immagine, nessun pensiero, percepire solo l'energia

(3 immagini Pagina 5)

— Palpebre pressoché o completamente chiusi*, lingua sul palato, guardando verso il 3° occhio

A

A Circolazione dell'energia all'inverso (A1 - A4) »FERMARE« L'ILLUSIONE DEI SENSI

A1 Circolazione dell'energia all'inverso del corpo sottile (ESERCIZIO DI BASE 1):

All'inizio colleghiamo la nostra coscienza con la nostra *energia vitale* e *l'energia sessuale* dietro l'ombelico, due o tre dita sotto l'ombelico nella «zona di forza» in addome (*tratto genitale con uterini o vasi deferenti*). Poi ci colleghiamo al lo stesso posto con le *energie dell'universo* (galassie, stelle, pianeti, sole e luna) e *l'energia della terra* (esseri umani, animali, piante, minerali, elementi e atomi), attirarli ed integrarli al ombelico e rafforzare in tal modo «*vita*» e «*spirito*» (*l'energia vitale e la consapevolezza originale*).

— *Da qui fino alla fine della meditazione lavoriamo principalmente con il corpo sottile!*

Con queste energie raccolte iniziamo il ciclo con *l'inalazione** presso l'ombelico e dirigiamo l'energia dal centro sessuale (sopra l'osso pubico), fino al pavimento pelvico e il coccige dietro all'insù della schiena fino al punto corona (apice della testa) e collegare queste energie con il nostro spirito primordiale (il Sé Superiore) e il 3° occhio davanti alla fronte.

(Durante l' inalazione: Perineo e genitali rimangono rilassati)

Dal 3° occhio al centro della fronte, ora dirigiamo l'energia con *l'espiazione** sul naso, il palato, il mento, il petto verso l'ombelico, e accumuliamo l'energia di guarigione raccolta in addome tra l'ombelico e la schiena nella «zona di forza» in addome. *Durante l'espiazione:*

(Durante l' espiazione: stringere delicatamente il perineo (pavimento pelvico) e tirare leggermente i genitali verso l' interno e verso l' alto.)

Qui nell'addome, raccogliamo l'energia su una piccola palla di energia medie dimensioni (palla da golf o da tennis) o in un altro recipiente (vaso), lasciarla ruotare «*dietro in alto / avanti verso il basso*» o arrotolare «*tornare nel cerchio*» per salvarla, comprimere, e nobilitare.

(almeno 3 x)

(Vedi immagini pagina 5)

— *In tutti gli esercizi (A1 - A4) respiriamo in questo modo nell'orbita microcosmica! (Fig. 32, pag. 5)*

Negli esercizi A1 - A4 si "apre" e si "chiude" i «portali energetici inferiori» con una leggera contrazione degli muscoli (tutti gli altri muscoli devono rimanere rilassati (diaframma, addome, pube), il diaframma deve essere libero di muoversi) mentre il «portale superiore», il punto corona, resta chiuso.

(Perineo e genitali sono i «portali inferiori» (porte energetiche), il punto della corona è il «portale superiore»)

**Tali istruzioni: «circolazione dell'energia all'inverso» e «portali di energia» valgano anche per esercizi 2-4!*

*Da qui inizia "da capo" il prossimo turno del "orbita microcosmica" dei meridiani di agopuntura:
TU (meridiano conduttore / corpo posteriore) e JEN (meridiano domestico / corpo anteriore).*

— Energia vitale si accumula e viene coltivata, il respiro diventa silenzioso

A2 Aumentare la capacità respiratoria: Continuiamo a respirare nella circolazione dell'energia all'inverso (A1) ed aspirare in una prima fase con questo "respiro di longevità" più ossigeno, più prana, chi, energia vitale, nell'addome e quindi espandere le parti dell'addome anteriore / posteriore / sinistra / destra, senza stendere la pancia (3-5 x) – Nei successivi 3 - 5 x si respira ulteriormente in tutti gli organi: fegato, milza, reni, polmoni, cuore e timo (sorridiamo agli organi e li ringraziamo per il loro lavoro di tutta la vita) e poi si respira ulteriormente fino al cervello e al punto corona fino a quando abbiamo raggiunto la massima capacità respiratoria.

(Percepire la differenza da prima, osservare l'energia)

A3 Respirazione ritmica: Sentire la frequenza cardiaca e rafforzarla piacevole e usare questo impulso metronomico per la ritmizzazione del respiro nella circolazione dell'energia all'inverso (A1), contare a un numero per noi conveniente, ad esempio a 4 colpi del nostro impulso:

— **a 4 inalazione – a 4 fermo – a 4 espiazione - a 4 fermo** - e quando questo ritmo si sente naturale , rallentare il ritmo gradualmente e delicatamente. Concentrare tutta la nostra attenzione finemente sintonizzata su queste due energie, percepire il ritmo e l'intensità, e vivere in conformità con le nostre proprie forze la vita.

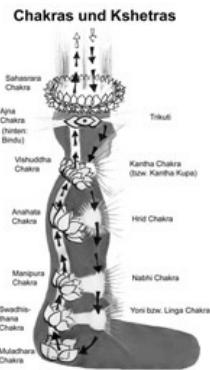
(Calmaggio e rallentamento del respiro)

— Respiro e battito cardiaco diventano più quieti e il silenzio più forte

A4 Risveglio della Kundalini: Muoviamo l'energia sessuale, l'energia vitale e la coscienza dall'ombelico al coccige e qui alla base della spina dorsale *liberiamo la nostra energia elettromagnetica di coscienza, l'energia luminosa «Kundalini», da intrecci psichici e karmici delle nostre relazioni e rilassiamo l'attaccamento a tutta la materia*, ciò che aiuta l'energia della luce *«a risolvere i nodi energetici»*. Kundalini si muove nella spina dorsale attraverso il canale centrale del *Nadi «Sushumna»* verso l'alto al punto corona e risveglia simultaneamente tutti i *«chakra»* (sottili centri cerebrospinale di energia). Nella circolazione della kundalini *durante la fine dell'inalazione* il 3° occhio sulla parte frontale (il 6° chakra) deve essere nutrito di energia e dato particolare attenzione. Poi partendo dal punto del 3° occhio accumulare l'energia con *l'espirazione* nella ghiandola pineale nel centro della testa.



(Il centro esterno si trova 2-3 cm dietro il punto tra i sopraccigli. Ma il centro interno è la ghiandola pituitaria (epifisi) al centro della testa che nutriamo, ma l'energia kundalini viene accumulata nella ghiandola pineale del chakra corona). L'energia del respiro rimanente mandiamo di nuovo nel addome, nel «spazio della forza».



Muscoli pelvici tesi e rilassati secondo l'esercizio A1.

Anche in questo esercizio usiamo ciclo dell'energia della «circolazione all'inverso» origine dell'immagine (<https://www.yoga-vidya.de/prana/hadis-und-chakras/sushumna-nadi/>)

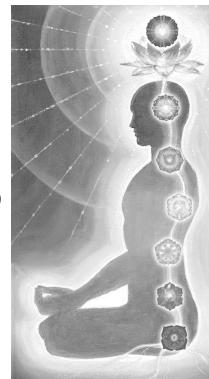
————— Kundalini si sveglia, il 3°occhio si apre, il Sé Superiore è collegato alla nostra energia vitale

B

B Inversione della luce all'interno, far girare e specchiare »VEDERE« LA VERITÀ

B Lasciar entrare la luce di sopra (ESERCIZIO DI BASE 2): Ora guidiamo la «luce universale» (*l'energia cosmica creativa, la luce del sole centrale, il Principio Cristo o Principio Buddha*) dal «*punto corona*»* e dal 3° occhio nel canale spinale e lasciarla fluire attraverso il centrale *canale Nadi «Sushumna»* per tutti i nervi e attraverso i sette *«chakra»* eterici verso il basso per pulirli, ravvivarli e risvegliarli. Poi specchiamo la luce del pavimento pelvico verso tutto il corpo e lasciamo girare *«dietro verso il basso / avanti in alto» verso il 3° occhio*, e accumuliamo l'energia della luce come nel esercizio A4 nella *ghiandola pineale nel centro della testa*.

(Il punto corona (porta superiore deve) durante l'intero esercizio sarà aperto e di nuovo chiuso dopo l'esercizio.*)*



(Le porte inferiore rimangono chiusi)

«I raggi di luce sono concentrati in alto negli occhi; gli occhi sono la grande chiave del corpo umano. Dovresti riflettere su questo. Se non siedi nella quiete ogni giorno, la luce scorre vorticosa, fermandosi chissà dove. Se puoi sedere nella quiete per un po', tutto il tempo, diecimila ere, il tempo di mille vite, ne viene permeato. Tutti i fenomeni tornano alla quiete. Veramente inconcepibile è questa sublime verità.» – *Il segreto del fiore d'oro*

In tutte le decisioni importanti possiamo usare questa energia per chiedere lo spirito originario (l'intuizione), l'energia universale, il principio di Cristo, il principio di Buddha di consulenza.

C

————— Respiro e battito cardiaco non sono più udibili, il silenzio si stabilizza

C ALTERNANDO: «FERMARE» (A) & «VEDERE» (B) »STABILIZZARE IL SILENZIO«

C »Stabilizzare il Silenzio« in «modo alternato»: Nel silenzio: **«specchiare la luce» (B) (VEDERE)**. Se i pensieri sorgono di nuovo, accettarli benevoli e per quanto possibile lasciar passare come nuvole e rimanere nel silenzio. - Se il silenzio viene disturbato dagli pensieri, ritornare alla **«Circolazione dell'energia all'inverso» (A 1-4) (FERMARE)** fin che i pensieri si dissolvono. Se il silenzio si stabilizza di nuovo: ritornare a **(B)** e lasciar entrare la luce **«far girare la luce» (VEDERE)**. (A sostegno del silenzio, un mantra può essere recitato)

(Questo esercizio viene utilizzato solo all'inizio della pratica, finché il silenzio si fa sentire nella vita quotidiana!)

ESERCIZIO IN SILENZIO: «Nutrire il corpo sottile» (Kan und Li):

Guidiamo gli elementi «Fuoco» (Li), 'Vedere', "conoscenza cosciente" (conoscenza fattuale) nel 'ciclo di luce' (B) «dietro verso il basso / avanti in alto» e «Acqua» (Kan), 'Ascoltare', "la vera conoscenza" (conoscenza fluente dello spirito primordiale) nella 'circolazione posteriore (A) «dietro in alto / avanti verso il basso» nell'addome ("Tan Tien" / zona della forza) e metterli una sopra l'altra (acqua sul fuoco), li lasciamo bollire l'acqua a fuoco lento (come in una pentola di acqua in un pozzo del fuoco) e lasciamo salire il vapore di guarigione di Chi (prana energia vitale / cosmica) nel corpo.

(Esercizio »facoltativo« – immagine di destra e l'ultimo in basso a destra)



— Fare senza fare nulla - Fare nulla e tutto è fatto

6) RILASSARE TUTTO E ENTRARE NEL SILENZIO DIETRO IL SILENZIO

- 1 **Centrarsi nel interno del cuore:** rimanere centrati con un sorriso all'interno del santuario interiore del cuore e connettersi tramite il corpo di luce anche con tutta la creazione.
- 2 **Lasciarsi andare, rilassarsi, dimenticare tutto ciò***: Ancora una volta lasciar andare tutto e rilassare il corpo e il cervello: Consegnare alla terra tutto che pesa, tutto il dolore, tutte le tensioni, tutti i pensieri, sentirsi sostenuto nel bacino della gravità della terra e ancorarsi.
- 3 **Sentirsi al sicuro all'interno del nostro corpo, in contatto con la nostra energia vitale, il nostro corpo sottile e nel unità con il nostro spirito libero di pensieri:** Godere la connessione con la nostra energia e il nostro sé superiore, la mente originale e onnisciente, e apprezzare la patria interiore.
- 4 **Approfondire il silenzio / alzare la vibrazione spirituale:** Sintonizzarsi finemente a un silenzio vivo e potente come nella ricerca di una stella nel firmamento fino a quando il silenzio diventa più forte e più stabile.

Mantra: »Hang - Sa / So Ham« / »OM - Om mani padme hum« / »Va -Shi / Shi - Va«

(I mantra sono facoltativi, sono utilizzati per calmare la mente e rafforzare il centraggio)

- 5 **Dopo il silenzio:** In primo luogo strofinare le mani, sentire la propria energia che abbiamo accumulato e quindi strisciare la testa e tutto il corpo con questa energia. Solo allora aprire lentamente gli occhi con un sorriso, in modo da poter tornare a questo mondo con silenzio interiore.

(Prima di alzarsi dem Aufstehen strofinare e allentare le articolazioni..)

— Lento ritorno, portare con sé il silenzio e la consapevolezza nella vita quotidiana

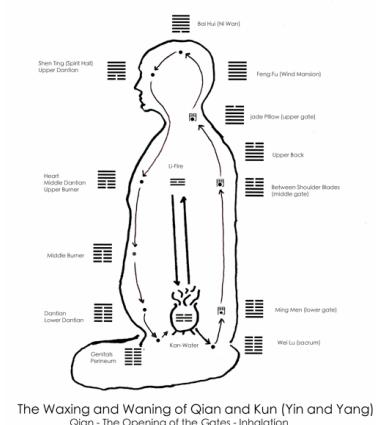
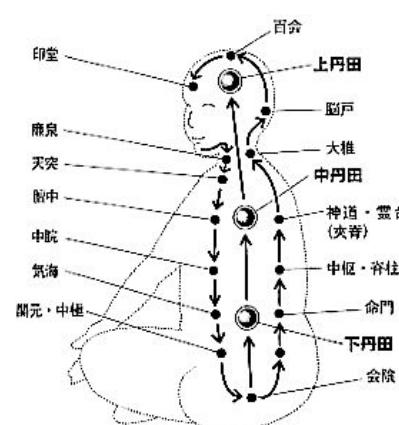
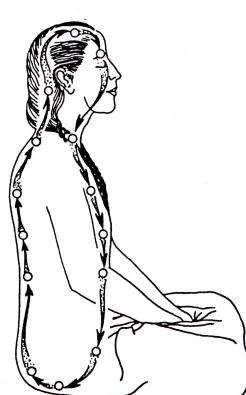


Abb. 32: Die mikrokosmische Umlaufbahn

origine dell'immagine [Der Feinstoffliche Körper Windpferd Verlag 1991](#) e [Pinterest - Peter Todesco](#)

MEDITAZIONE IN PRESENTAZIONE SISTEMATICA

(MANDARE TUTTI SENSI VERSO L'INTERNO)

Osservazione della Respirazione 3° Orecchio SILENZIO Ascolto Interno

Concentrazione dello Spirito 3° Occhio LUCE Osservazione Interna

ASSI COORDINATI: 3° OCCHIO - OCCIPITE / ORECCHIO - ORECCHIO

BILANCIA DELLA VITA: MEMENTO MORI - CARPE DIEM

Ritmo Respirativo > Distensione > Sonno Profondo > Lucidità

Ritmo Cardiaco > Guarigione / Ripresa > Vigilanza > Trascendenza

(MEDITAZIONE COME ESERCIZIO «NDE» ESPERIENZE DI PRE-MORTE)

INTEGRAZIONE DI QUESTA ESPERIENZA NELLA VITA QUOTIDIANA

Quintessenza del fiore d'oro:

Tutto quello che abbiamo, l'unico vero possesso, ciò che siamo, composto dai tre gioielli:

- Il nostro spirito (lo spirito purificato) SHEN
- La nostra energia vitale (muove la respirazione e la creatività) QI
- La nostra energia di procreazione e il potere creativo (e l'essenza prenatale e postnatale) JING

»L'unico indispensabile è il desiderio di conoscere se stesso, per usare la vita pienamente e di liberarsi dalla sofferenza. Le possibilità di identificare la nostra mente sono la meditazione e la pratica della piena consapevolezza.

Il controllo tripla del respiro, del vuoto interiore e dei processi fisici conduce ai Tre Gioielli: RESPIRO, SPIRITO e AMBROSIA (Soma, Nettare, Amrita) (liquido cerebrospinale) dell'orgasmo (estatico) che deve essere sorvegliato e controllato.«

Daniel Odier - Tantra - L'immersione in amore assoluto

Questi tre tesori sono chiamati da tempo immemorabile, come i tre gioielli, che occorre prendersi cura. Una vita vissuta significativa ne tiene conto saggio.

Si tratta di entrare in contatto con il suo sé spirituale e la propria energia vitale e di nutrire questa energia, per rafforzare, per moltiplicare e conservare.

Quando ci connettiamo con il nostro sé e la nostra energia vitale, ci troviamo noi stessi, e ci collegiamo con il spirito originario e l'essenza del nostro essere.

Così siamo capaci di guarire noi stessi, a diventare interi e di sviluppare abilità straordinarie. Tutta la nostra personalità è quindi sollevato ad un livello superiore, al suo livello più alto che possiamo raggiungere illuminazione e immortalità.

«Alla fin fine si tratta della realizzazione di Dio, lo sviluppo dell'essere umano universale!»

Inverso della luce verso l'interno

Guardare verso l'interno (L'immagine speculare non è percezione di sé reale)

Vista Interiore

Vedere dietro gli occhi – La schiena metà posteriore del corpo – Cammino verso l'illuminazione

Circolazione dell'energia all'inverso

La schiena in su – Ascensore della crescita spirituale – Energia di guarigione

Rallentare il movimento di corpo e pensieri

Eliminazione di tempo e spazio

Consapevolmente scollegare lo spirito dai suoi intrecci nella materia

La via a una mente più organizzata - Risoluzione del nostro ego

Collegamento dell' energia creativa Kundalini (scintilla degli dei) con il Sé superiore (Dio/Tao)

L'energia elettromagnetica addormentata Kundalini (scintilla degli dei) deve essere risvegliata alla base della colonna vertebrale per rendere possibile la crescita spirituale, l' illuminazione e l' immortalità. Questo è il diritto di nascita di ogni essere umano. Solo quando ci uniamo al nostro spirito divino primordiale, il nostro 3° occhio si risveglia al vero vedere e ci riconosciamo nella nostra vera forma divina.

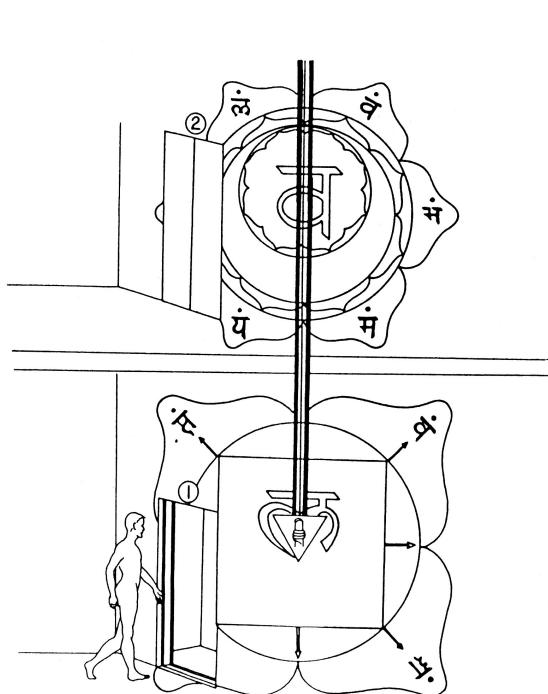


Abb. 25: Der »Chakra-Fahrstuhl«

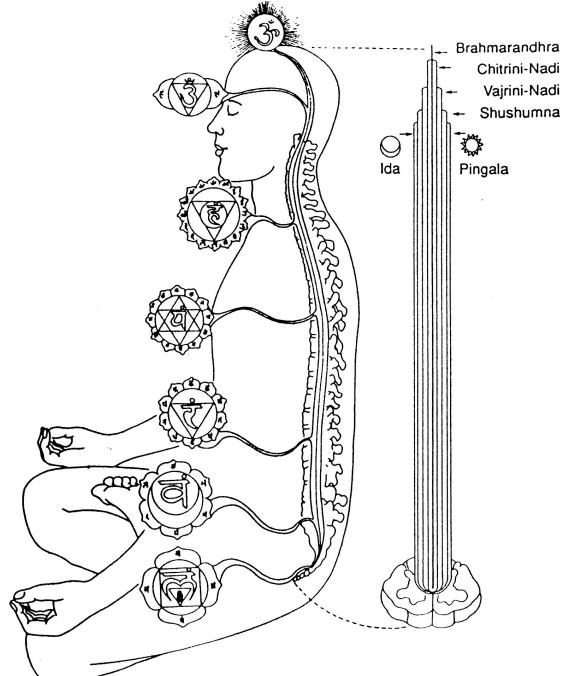


Abb. 15: Die Hölle des Wirbelsäulenkanals im Querschnitt

origine dell'immagine [Der Feinstoffliche Körper Windpferd Verlag 1991](#) e [Pinterest - Peter Todesco](#)