

Inhaltsverzeichnis

VORWORT: Das menschliche Bewusstsein	7
Der physische Körper	11
Ätherkörper - Teil 1	17
Wurzel-Chakra	22
Einige Prana/Chi-Übungen	25
Das Milz-Chakra	27
Absonderungen des Ätherkörpers	27
Prana/Chi- Atmung	28
Eine kleine Geschichte von Meister Choa	29
Ätherkörper - Teil 2	31
Geschichte: Eine Begebenheit mit einem Zwerg in Kalifornien	36
Geschichte: Eine nicht alltägliche Begegnung	40
Der Astralkörper	43
Über die Vielschichtigkeit des Astralkörpers und seiner Farbgebung	45
7 Sphären der astralen Welt	47
Die Veränderungen des Astralkörpers nach dem Tod	57
Träume und die Ätherbrücke (Lichttunnel) „Fahrstuhl“	62
Der Schlaf	62
Der Übergang	69
Die Zeugung	72
Out of Body — Außerkörperliche Erfahrung noch zu Lebzeiten	75
Gewaltsamer Tod durch einen Unfall oder im Krieg	76
Ertrinken	77
Unter einer Anästhesie	77
Geschichte: Eine Nahtoderfahrung von Diana	78
Nahtoderfahrung	79
Selbstmörder	79
Der Mentalkörper	81
Die Elementaressenz	83
Der niedere Mentalkörper	84
Gedankenwellen	87
Gedankenformen - Teil 1	91
Gedankenformen - Teil 2	92
Egregore	95
Die mentale Welt	96
Devachan 1	96
Devachan 2	98
Der Aufstieg in die 5. Dimension - noch zu Lebzeiten	103
Aufstieg in die 5. Dimension - nach dem Tod	107
Sterbegebete	112
Die 5 Weisheiten der Mutter	121

TEIL 2

Das ganze Universum ist EINE Realität	135
Die Geschichte von Seraphin von Sarrow	138
Bewusstseins Ebenen	141
Das klare Licht des Geistes	143
Die reine Liebe	144
Die Geschichte von Shankara, dem Heiligen Indiens und seines Schülers Sri Totakas	144
Der innere Christus	146
Der Kausalkörper und der Mentalkörper	151
Der Weg der Evolution	152
Auferstehungskräfte aktivieren	155
1. Die Herrschaft über den niederen mentalen Körper erlangen	158
2. Die Öffnung des Herzens	159
Liebesintelligenz	159
Eine kleine, bezaubernde Geschichte: Wo wohnt Gott?	160
Neue Forschungen über das Herz	164
Kreativität	165
Regeln der Liebe	168
3. Die Umwandlung deines Körpers in Licht	171
Umwandlung in Licht bei den Tibetern	172
Christliche Methoden zur Lichtumwandlung	174
Krebsbericht von L.F.	177
Was geschieht bei der Umwandlung in Licht?	179
Was ist Christusbewusstsein?	183
Die buddhistische Ebene	185
Eine Geschichte der Nicht-Identifikation mit Schmerzen	192
Sammlung	193
Die Atma-Ebene	197
Die Wahrnehmung des klaren Lichtes von Atma	198
Die Leerheit	202
Geschichte: Der Einsiedler von Lachen	206
Anandamayi Ma	210
Anandamayi Ma im Gespräch mit Yogananda	212
Empfehlungen für die Vereinigung mit dem EINEN, reinen, höchsten Bewusstsein	213
Die Monade	218
Die großen Weisen und Lehrer auf unserer Pilgerreise	225
ANHANG	227
Konzentration des ruhigen Verweilens	227
Das Violette Feuer	230
Meditation: Das klare Licht des Geistes	231
Abbildungsnachweis	234
Quellennachweis	235