

# Inhalt

Vorwort 6

1. Medizin und Meditation: Die zwei Pole  
einer einzigen Wissenschaft 11
2. Meditation - ein wissenschaftlicher Prozess 51
3. Ein Sprung ins Unbekannte 79
4. Katharsis und Meditation 105
5. Wachsame Beobachten -  
das Ende der Identifikation mit Gedanken 155

Über Osho 190