

Inhalt

Einführung	9
TEIL I – Der erste Götterbote – Alter	
1. Begegnung mit dem Götterboten Alter	27
2. Die Chakren als Zugang zum feinstofflichen Körper ...	45
3. Alter und Identifikationen mit dem Körper.....	63
4. Neue Perspektiven im Alter	81
TEIL II – Der zweite Götterbote – Krankheit	
5. Erste Erlebnisse mit dem Götterboten Krankheit	95
6. Hilfreiche Methoden zum Umgang mit Krankheit	121
7. Schmerz und Widerstand – Was ist in schwierigen Situationen förderlich?	136
8. Hingabe an das Unvermeidliche	157
TEIL III – Der dritte Götterbote – Tod	
9. Sich an den Götterboten Tod erinnern	177
10. Die letzte Lebensphase	198
11. Praxis für Sterbende und Verstorbene	223
Kontemplation über liebende Güte	241
Die fünf täglichen Betrachtungen	246
Danksagung	247