

# **INHALT**

- 7       **Einführung**
- 27 I     **Die Lotusblumen (Chakren) und ihre Entwicklung**
- 95 II    **Die Erweiterung des Bewusstseins in Traum und Schlaf**
- 107 III   **Übungen, die die gesunde Entwicklung der Lotusblumen unterstützen**
- 125 IV    **Die Entwicklung des Stirn-, Kehlkopf- und Herzchakras**
- 139 V     **Der Übergang von den sinnlichen zu den übersinnlichen Wahrnehmungsorganen**
- 147 VI    **Die Gefährdungen der Chakrenentwicklung und das «elementarische Rückgrat»**
- 155 VII   **Die verschiedenen Formen des Hellsehens**
- 189 VIII   **Abschluss: Naturverbundenheit und Freiheit**
- 199       **Anhang**  
            *Quellen 201      Hinweise 202*