

# INHALT

## TEIL EINS LANDSCHAFT UND LANDKARTE

1	Skelette beim Festmahl	9
2	Der steinige Weg	17
3	Die Ewige Wiederkehr	27
4	Tore in die Wirklichkeit	35
5	Energie transformieren	47

## TEIL ZWEI DEN GEIST WECKEN

6	Und was ist mit dem Glück?	61
7	Nichts Besonderes sein	73
8	Who's who	85
9	Die fehlgeleitete Suche	93
10	Graustufen	103

## TEIL DREI EMOTIONALES ERWACHEN

11	Das Dilemma der Wut	113
12	Ja sagen zur Angst	127
13	Die Große Lehre	139
14	Was wir wirklich wollen	153
15	Ein paar hilfreiche Slogans	163

## TEIL VIER DAS HERZ WECKEN

16	Das große Ganze sehen	175
17	Das Lied der Meditation	185
18	Das Wichtigste überhaupt	193
19	Die Reise genießen	205