

Inhalt

Vorwort von Rameshwar Das	Seite 8
Einleitung: Jetzt hier sein	Seite 15
<i>Kapitel 1: Den Spiegel polieren</i>	Seite 31
<i>Kapitel 2: Bhakti Yoga – Der Pfad der Hingabe.....</i>	Seite 49
<i>Kapitel 3: Karma Yoga – In der Welt leben.....</i>	Seite 76
<i>Kapitel 4: Alter und Wandel</i>	Seite 121
<i>Kapitel 5: Bewusst leben, bewusst sterben</i>	Seite 144
<i>Kapitel 6: Vom Leiden zur Gnade</i>	Seite 175
<i>Kapitel 7: Zufriedenheit mit dem Sein</i>	Seite 197
<i>Kapitel 8: Übung, Übung</i>	Seite 220
Anmerkungen	Seite 256
Danksagungen	Seite 266
Über den Autor und Koautor	Seite 268