

Inhalt

Danksagung	2
Über dieses Projekt	3
Die Grosse Göttin – Mutter des Universums	6
I. Kosmische Landschaften – Bilder der Seele	9
II. Aspekte der Sakralen Kunst	13
1. <i>Yugas</i> : Zeitalter	13
2. <i>Ṛṣis</i> : Vermittler der zeitlosen Weisheit	16
3. <i>Mantras</i> : heilige Tonsilben	18
4. <i>Mandalas</i> : Energiefelder	20
5. <i>Mudras</i> : Sprache des Göttlichen	23
III. Meditation in Bewegung	30
IV. Fünf vedische Mantras – Mudras, Schritte und Atmung	34
1. Das <i>Gāyatrī-Mantra</i>	34
2. <i>Śantiḥ Mantra Dyauḥ Śantiḥ</i>	38
3. <i>Mahāmṛtyunjaya-Mantra</i>	42
4. <i>Śantiḥ Mantra Saha Nāvavatū</i>	45
5. <i>Śantiḥ Mantra Pūrṇam-Adah</i>	48
V. Bühne und Film	51
VI. Anhang	57
Bilder	57
Musik	58