

Inhalt

Auftakt – Los geht's! 9

Erster Teil

Der Schlüssel zur Freiheit

Tempel 1 bis 23 – Der Weg des Erwachens 19

- 1 Jenseits der Schwelle 21
- 2 Licht Asiens 25
- 3 Mit beiden Beinen auf der Erde 50
- 4 Einfach bezaubernd 72

Zweiter Teil

Der Schlüssel zur Leichtigkeit

Tempel 24 bis 39 – Der Weg der Disziplin 95

- 5 Schule unter freiem Himmel 97
- 6 Das Leben in Bewegung 113
- 7 Die Welt, ein fantastisches Schauspiel 120
- 8 Brücken zum Licht 136

Dritter Teil

Der Schlüssel zur Harmonie

Tempel 40 bis 65 – Der Weg der Erleuchtung 149

- 9 Geschmack des Seins 151
- 10 Der Pfad des Loslassens 158
- 11 Fragmente von Weisheit 168
- 12 Gesang des Lebens 176

Vierter Teil

Der Schlüssel zum Paradies

Tempel 66 bis 88 – Der Weg des Nirwana 187

13 Der wundersame Faden 189

14 Erbeben des Absoluten 203

15 Feier des Unendlichen 209

Fünfter Teil

»Ultreia et Suscia!«

Immer weiter, immer höher! 223

16 Über meine Schritte hinaus 225

17 Schlussstein 235

18 Ein Initiationsweg, Schlüssel zur Verwandlung 243

Epilog – Versprechen der Ewigkeit 247

Anhang

Glossar 251

Praktische Hinweise 253

Bibliografie 278

Danksagung 281