

nhalt

| | |
|---|-----|
| Zur Übersetzung | 6 |
| Zur Aussprache des Sanskrit | 7 |
| Glanz und Herrlichkeit der indischen Kultur | 9 |
| Heiligt den Körper | 21 |
| Der bewegliche Tempel | 35 |
| Beherrschung der Sinne | 53 |
| Der Weg zur Göttlichkeit | 71 |
| Haltet die Zügel fest | 87 |
| Die Launenhaftigkeit des Geistes | 98 |
| Buddhi, der Wagenlenker | 110 |
| Egoismus und Bindung | 122 |
| Die drei Grundeigenschaften | 131 |
| Erkennt euer Selbst | 142 |
| Selbsterkenntnis | 151 |
| Was ist Freiheit? | 158 |
| Praxis und Unterweisung | 177 |
| Der Aufstieg des Menschen | 188 |
| Vedische Weisheit | 197 |
| Glossar | 209 |