

INHALT

Vorwort	7
Kapitel 1 Die schöpferische Kraft	9
<i>Himmel und Hölle sind in uns / Iliaster und Cagaster / Nutzanwendung / Übung 1 (Grundübung)</i>	
Kapitel 2 Schrittweise Eroberung als Fundament	20
<i>Wesen und Aufgaben des irdischen Körpers / Vor dem Aufbruch steht der klare Entschluss / Die Kraft der Harmonie</i>	
Kapitel 3 Vorbedingungen des geistigen Vakuums	26
<i>Übung 2 - 1. Basisübung</i>	
Kapitel 4 Der geistige Mutterboden: Natur und Gesetze	35
<i>Übung 3 - 2. Basisübung</i>	
Kapitel 5 Ausschaltung von Gegenkräften	41
<i>Schwingungen / Automatische Wirkungen / Die Chakren / Übung 4 - Bestimmung der Chakren / Die magischen Zentren des menschlichen Organismus</i>	
Kapitel 6 Sicherungen gegen Störungen	49
<i>Übung 5 - 3. Basisübung</i>	
Kapitel 7 Keine Furcht vor Schäden	53
<i>Übung 6 - Ausdehnung der Stille</i>	
Kapitel 8 Herr über sich.	58
<i>Übung 7 - Arbeit bei offenen Augen</i>	

Kapitel 9	Herr des Kosmos	62
	<i>Bewusster praktischer Einsatz / Praktische Arbeit auf der hohen Ebene / Übung 8 - Hilfe allen Wesen / Übung 9 - Höchste geistige Entwicklung / Übung 10 - Forschung / Übung 11 - Rat / Übung 12 - Entwicklung der Seele</i>	
Kapitel 10	Die Wege und ihre Stationen.	76
	<i>Körperliche Veränderungen / Seelisch-menschliche Veränderungen / Wirkung durch die sich belebenden inneren Sinne / TAO / Übung 13 - Der atmende Stein</i>	
Kapitel 11	Das eherne Gesetz der Stille	86
	<i>Schwarze und Weiße Magie / Übung 14 - Bilden des Mantram / Übung 15 bis 17 - Die Kolorierung der geistigen Welt / Übung 18 - Arbeit auf der Astralebene / Übung 19 - Verselbstständigung des Empfindungskörpers / Übung 20 - wechselnd gelenkte Gedankenstille / Übung 21 - Kundalini-Zentrum / Übung 22 - Übergang zum Nirwana</i>	
Kapitel 12	Zusammenstellung, Analyse, Auswertung	100
	<i>Rückblick auf die Übungen, die dem vorliegenden Band vorausgingen</i>	