

# INHALT

Vorwort . . . . .	7	
Kapitel 1	Der Schritt ins Neuland . . . . .	9
	<i>Der absolute Wille / Die Odkraft</i>	
Kapitel 2	Bisherige Wege und Methoden . . . . .	18
	<i>Die geistige Quelle / Die Ursachenwelt / Wege zur magischen Konzentration / Ursachen müssen Wirkungen zeigen</i>	
Kapitel 3	Geheimniskrämerei . . . . .	27
Kapitel 4	Der neue Weg . . . . .	32
	<i>Die Arbeitsmethode / Zusammenfassung</i>	
Kapitel 5	Hilfsmittel der Konzentration . . . . .	40
	<i>Die wichtigsten Hilfsmittel / Vorbemerkungen zu den Übungen / Übung I (Grundübung)</i>	
Kapitel 6	Unerwünschte Folgen geistiger Kraftentfaltung . . . . .	53
	<i>Übung II (Grundübung)</i>	
Kapitel 7	Segen geistiger Kraft . . . . .	57
	<i>Übung III - Direkte Wirkung der geistigen Kraft</i>	
Kapitel 8	Der Geist kennt keine Schranken . . . . .	65
	<i>Übung IV</i>	
Kapitel 9	Sprung über irdische Grenzen . . . . .	72
	<i>Übung V</i>	
Kapitel 10	Steigerungsformen der Konzentration . . . . .	78
	<i>Übung VI</i>	

Kapitel 11	Imagination . . . . .	87
	<i>Übung VII</i>	
Kapitel 12	Meditation . . . . .	92
	<i>Übung VIII</i>	
Kapitel 13	Kontemplation . . . . .	96
	<i>Übung IX</i>	
Kapitel 14	Gedankenleere . . . . .	101
	<i>Übung X</i>	
Kapitel 15	Ziel des geistigen Menschen . . . . .	105
Kapitel 16	Zusammenfassung, Rückblick und Vorschau . . . . .	107