

Inhalt

Vorwort	6
Biographisches	
Dank	
Erläuterungen	
Machen wir es – anstatt einer Einleitung	12
Das Retreat	20
Einführung in das Retreat	20
Musik (hören) zur Meditation	32
Absicht und Ziel des Retreats	42
Das Makellose in uns (Innen und Außen)	54
Samadhi – Die klassische Methode nach Patanjali	65
Meisterschaft und Magnetismus	77
Samadhi	89
Zikr	102
Erleuchtung	114
Erweckung ins Leben	128
Meine Begegnung mit dem Musiker Pir Vilayat	148
Die H-Moll-Messe	156
Die kosmische Symphonie	166
Anhang	174
Musikstücke aus dem Retreat	
Pir's favourites	
Namenserklärungen	
Worterklärungen	
Verzeichnis der Sanskrit-Begriffe in der korrekten Lautschrift	