

Inhalt

Vorwort	11
Inhalt des Buches	13
An wen richtet sich dieses Buch?	15
Lebensprozess	17
Einführung in die Kundalini-Prozesse	45
Die Kundalini-Prozesse	47
Aufbau	53
Die fünf Elemente	53
Die Chakren	63
Kundalini-Energie	66
Die universelle Weiblichkeit/Schöpferkraft	69
Das Verlassen des Paradieses	70
Die grundsätzliche Aufgabe des Yin und Yang	72
Der Verlauf der Kundalini-Energie	75
Transformation	79
Der Weg in die Transformation	81
Die fünf Elemente	85
Das Element Erde	85

Das Element Metall	90
Das Element Wasser	94
Das Element Holz	98
Das Element Feuer	102
Die Chakren	109
Das Wurzel-Chakra	109
Das Sakral-Chakra	112
Der Solarplexus	116
Das Herz-Chakra	123
Das Hals-Chakra	128
Das Stirn-Chakra	132
Das Kronen-Chakra	136
Der Bindu	136
Kundalini-Prozesse	139
Grundsätzliche Arbeit der Kundalini	139
Mögliche Blockaden der Kundalini-Energie	140
Kundalini-Chitrini-Nadi	141
Blockaden in unserem Fundament	141
Mögliche Phänomene	143
Der Aufstieg durch den Chitrini-Nadi	144
Wie Chitrini-Nadi arbeitet	144
Die Entwicklung des Menschen in der Energie des Chitrini-Nadi	147
Inkarnation und Wahl der Eltern	147

Bewusstwerden und Erkennen des spirituellen Lebensweges	149
Kundalini-Vajra-Nadi	151
Blockaden in unserem Fundament	151
Mögliche Phänomene	153
Der Aufstieg durch den Vajra-Nadi	154
Wie Vajra-Nadi arbeitet	154
Die Entwicklung des Menschen in der Energie des Vajra-Nadi	157
Das Urwissen	157
Friedensprozess	158
Das Wissen um die heilige Sexualität	159
Kundalini-Lakshmi-Nadi	161
Blockaden in unserem Fundament	161
Mögliche Phänomene	163
Der Aufstieg durch den Lakshmi-Nadi	164
Wie Lakshmi-Nadi arbeitet	165
Die Entwicklung des Menschen in der Energie des Lakshmi-Nadi	167
Die Begegnung mit uns selbst	167
Prozess der Heilung und der Stabilisierung	168
Vorbereitung der Herzöffnung	169
Kundalini-Sarasvati-Nadi	171
Blockaden in unserem Fundament	171

Holografische Transformation	171
Spirituelle Transformation	173
Mögliche Phänomene	174
Der Aufstieg durch den Sarasvati-Nadi	175
Wie Sarasvati-Nadi arbeitet	175
Die Entwicklung des Menschen in der Energie	
des Sarasvati-Nadi	177
Liebe, Mitgefühl, Reinheit und das Verstehen der nicht gebundenen Emotionen	177
Das Wissen des ewigen Werdens und Vergehens	179
Kundalini-Sushumna-Nadi	181
Blockaden in unserem Fundament	181
Holografische Transformation	181
Spirituelle Transformation	183
Mögliche Phänomene	183
Der Aufstieg durch den Sushumna-Nadi	185
Wie Sushumna-Nadi arbeitet	185
Die Entwicklung des Menschen in der Energie	
des Sushumna-Nadi	187
Der spirituelle Weg der gewaltlosen Kommunikation	187
Der Ausdruck der Sprache in der Weisheit	187
Die Öffnung zur inneren Meisterin	189
Der Lebensplan	189
Kundalini Brahma-Nadi	191
ZG (Zentralgefäß / Ren Mai)	191

GG (Gouverneursgefäß / Du Mai)	191
Blockaden in unserem Fundament	193
Mögliche Phänomene	194
Der Aufstieg durch den Brahma-Nadi	195
Wie Brahma-Nadi arbeitet	195
Die Entwicklung des Menschen in der Energie des Brahma-Nadi	197
Verbindung zum Göttlichen	197
Wegbereiterin und Gelehrte	198
Ummantelung und Endfassung: Das, was noch bleibt, ist Brahma	199
Außerordentlicher Kundalini-Prozess	201
ZG: Zentralgefäß (Ren Mai) und GG: Gouverneursgefäß (Du Mai)	201
Yin (Ur-Yin, Urwissen) / Yang (Ur-Yang, Urantrieb)	202
Makara-Point	203
Trigunas: die drei Grundprinzipien im Menschen	205
Die Kundalini-Energie birgt die drei Gunas in sich	207
Der Kanal der Kundalini-Energie	209
Die Kundalini-Kanäle im Mehru Danda	210
Kundalini-Körper-Prozesse	212
Außerordentliche Kundalini-Prozesse	212
Ida-Nadi und Pingala-Nadi als Motor	213
Ida-Nadi	214

Pingala-Nadi	214
Rituale	217
8er-Energie	217
Transformationsarbeit mit der Acht	218
Ritualabfolge in den Elementen	218
Themen, die Du auf der Elemente-Ebene bearbeiten kannst	220
Arbeit in den Elementen	220
Ritualabfolge in den Chakren	223
Themen, die Du auf der Chakren-Ebene bearbeiten kannst	225
Arbeit in den Chakren	225
Ritual Spiegelung	230
Spiegelung im Solarplexus	231
Kundalini-Führung	232
Schlusswort	233
Danksagung	239
Glossar	241
Vorstellung Autorin	245
Vorstellung Autor	246
Die Begegnung	247