

Inhalt

Einführung	1
1. Tantra	6
2. Tattwa Shuddhi im Überblick	19
3. Tattwa Shuddhi: Ein Reinigungsprozess	25
4. Tattwa Shuddhi als Teil der tantrischen Verehrung	30
5. Prana Shakti	34
6. Evolution der Elemente	41
7. Antah Karana: Individueller Geist	49
8. Panchatattwa: Die fünf Elemente	58
9. Die individuellen Tattwas	67
10. Tattwas und Koshas	76
11. Tattwas und der Atem	79
12. Mantra, Yantra und Mandala	85
13. Visualisierung und Vorstellung	99
14. Bhasma: Das Bad des Feuers	108
15. Ausführung des Tattwa Shuddhi Sadhanas	116
16. Auswirkungen des Tattwa Shuddhi Sadhanas	128
17. Guru	134
- Glossar	138
- Ein Blick auf das Leben von Swami Satyananda Saraswati	154