

Inhalt

TEIL 1	Bewusstes Gewahrsein	II
1	Selbst-Bewusstheit	13
2	Der bewusste Empfänger	18
3	Dort drinnen wohnen	23
4	Der Zirkus mit den drei Manegen	26
5	Die Natur der Dinge	31
TEIL 2	Die Außenwelt	35
6	Der Augenblick vor Ihnen	37
7	Die Welt, in der Sie leben	42
8	Der Ursprung der Materie	46
9	Die Erschaffung der schwereren Elemente	52
10	Es ist nicht persönlich	55
TEIL 3	Der Geist	65
11	Leerer Geist	67
12	Die Geburt des persönlichen Geistes	75
13	Der Sündenfall	82
14	Der Schleier der Psyche	92

15	Der brillante menschliche Geist	98
TEIL 4 Gedanken und Träume		103
16	Der abstrakte Geist	105
17	Dem Geist dienen oder ihn reparieren	111
18	Absichtliche und automatische Gedanken	117
19	Träume und das Unterbewusstsein	122
20	Wachträume	127
TEIL 5 Das Herz		131
21	Emotionen verstehen	133
22	Warum sich das Herz öffnet oder verschließt	139
23	Der Tanz des Energieflusses	147
24	Die Ursache von Stimmungen und Emotionen	154
25	Die Geheimnisse des Herzens	161
TEIL 6 Der Weg aus dem menschlichen Dilemma		167
26	Das menschliche Dilemma	169
27	Der Paradigmenwechsel	175
28	Mit dem Herzen arbeiten	180
29	Gefühle weder unterdrücken noch ausdrücken	186

TEIL 7	Loslassen lernen	193
30	Techniken der Selbstbefreiung	195
31	Tief hängende Früchte	204
32	Die Vergangenheit	208
33	Meditation	215
34	Wie man mit größeren Problemen umgeht	221
TEIL 8	Ein Leben in Akzeptanz	227
35	Mit blockierten Energien richtig umgehen	229
36	Die Transmutation der Energie	234
37	Die Macht der Absicht	239
38	Die Erforschung höherer Bewusstseinszustände	246
39	In der Welt, ohne ihr zu gehören	253
Anhang		
		262
Danksagung		263