

# Inhaltsverzeichnis

## Geschichte & Philosophie

Bewusstseinsentwicklung & religiös-geschichtlicher Überblick	7
Menschenbilder	11
Die Veden	14
Die Upanishaden	19
Patanjali	26
Die Bhagavad Gita – Jnana, Karma & Bhakti Yoga	33
Die Asana	45
Die Chakra Philosophie	50
Anahata Chakra – Das Herzzentrum	56
Manipura Chakra – Das Zentrum für Wirbelsäule & Stoffwechsel	63
Visuddha Chakra – Das Kehlkopfzentrum	68
Svadhithana Chakra – Das Zentrum auf Höhe des Dünndarms	74
Ajna Chakra – Die zweiblättrige Blüte zwischen den Augenbrauen	79
Muladhara Chakra – Das Wurzelzentrum	84
Sahasrara Chakra – Das Kronenzentrum	89

## Medizin

Herz	96
Bewegungsapparat	107
Atemsystem & Pranayama	136
Verdauungssystem & Ernährung	147
Hormonsystem	155
Nervensystem	161
Gemütskrankheiten	167
Leber	183
Niere	185
Krebskrankheit	188

## Weitere Themen

Heilige und Eingeweihte	192
Entzündung und Sklerose	205
Nebenübungen im Gespräch	208
Hermetische Gesetze	209
Literaturliste	210