

Inhalt

Vorwort	9
Was, wenn alles ganz anders wäre! – Die Wechseljahre neu begreifen	13
Meine persönliche Geschichte	21
Das Erwachen der weiblichen Urkraft Kundalini während der Wechseljahre	37
Zur eigenen Meisterin werden	49
Was die Kundalini für Ihr Gehirn tun kann	60
Schön durch die verjüngende Kraft der Kundalini	69
Das spirituelle Geheimnis der Wechseljahre	76
Die Rückkehr des Weiblichen – An der Schwelle zu einem neuen Bewusstsein	83
Dank	91
Fussnoten	92
Literatur	94
Kontakt und weiterführende Informationen	95