

# INHALT

<b>Vorwort</b>	<b>10</b>
<b>1. Geschichte und Mythen zur Zirbeldrüse</b>	<b>13</b>
1.1 Antike und philosophische Betrachtung	13
<b>2. Der Mensch – eine großartige Schöpfung</b>	<b>19</b>
2.1 Die ganzheitliche Sichtweise	19
2.2 Homo sapiens	21
2.3 Kleiner Grundkurs der menschlichen Anatomie und Physiologie	23
2.4 Das Wunder des Bewusstseins und der Wahrnehmung	31
2.5 Der Sinn der menschlichen Existenz	38
2.6 Der Mensch im schamanisch-spirituellen Kontext	44
<b>3. Die Informationsübertragung im Menschen</b>	<b>51</b>
3.1 Eine kleine Geschichte der Informationsübertragung	51
3.2 Das menschliche Hormonsystem – Hormone und ihre Wirkung	53
3.3 Das Nervensystem	60
3.4 Zellkommunikation in Lichtgeschwindigkeit	76
3.5 Die Zirbeldrüse	79

<b>4. Wunderwerk Zirbeldrüse</b>	<b>81</b>
4.1 Übergeordnete Rhythmen und die Zirbeldrüse als Taktgeber	83
4.2 Hydroxylapatitkristalle und die physiologische Kalzifizierung (Verkalkung) der Zirbeldrüse	86
4.3 Die Kalzitkristalle und die Piezolumineszenz der Zirbeldrüse	88
4.4 Hormone und Neurotransmitter der Zirbeldrüse und deren Wirkmechanismen (Serotonin, Melatonin, DMT)	89
4.5 Der Alterungsprozess	117
<b>5. Die Zirbeldrüse – das Tor zum Allbewusstsein und zur Erleuchtung</b>	<b>121</b>
5.1 Außersinnliche Wahrnehmung	121
5.2 Das feinstoffliche Energiesystem des Menschen	124
5.3 Der Einfluss auf unsere spirituelle Entwicklung und Erleuchtung	134
5.4 Die Zirbeldrüse und die Kundalini-Energie	135
5.5 Allbewusstsein und Erleuchtung	136
<b>6. Blockaden der Zirbeldrüse</b>	<b>139</b>
6.1 Ungesunde Lebensrhythmen	139
6.2 Falsche Ernährung, Genussmittel, Giftstoffe und Medikamente	141
6.3 Degeneration, Verkalkung und die Rolle des Fluorids	144
6.4 Elektrosmog	154

<b>7. Die Aktivierung der Zirbeldrüse</b>	<b>163</b>
7.1 König/Königin im eigenen Haus	163
7.2 Sinnvolle Maßnahmen im Alltag	165
7.3 Basismaßnahme »Entgiftung«	167
7.4 Die Zirbeldrüsen-Ernährung	176
7.5 Die Zirbeldrüse entgiften, entkalken und von Fluoriden befreien	178
7.6 Schutz vor elektromagnetischer Strahlung	184
7.7 Künstliches Licht und Blaulicht	188
7.8 Mentale Aktivierung	189
7.9 Zellinformationen löschen	192
7.10 Das Chakrasystem aktivieren	192
7.11 Singen und Summen	195
7.12 Rhythmus, Trance und binaurale Beats	196
7.13 Duftstoffe und ihre Wirkung auf die Zirbeldrüse	198
7.14 Meditation	206
7.15 Yoga	208
7.16 Atmung	210
7.17 Die Aktivierung der Kundalini-Energie	214
7.18 Wichtige Fragen	214
7.19 Gelassen und ohne Druck die Zirbeldrüse aktivieren	217
7.20 Der 4-Wochen-Online-Kurs zur Regeneration und Aktivierung der Zirbeldrüse	219
7.21 Die Nahrungsergänzungspakete	219

<b>Nachwort</b>	<b>220</b>
<b>Anhang</b>	<b>223</b>
Meditationsreise	224
Adressen und Bücher	231
Quellenverzeichnis	232
Anmerkungen	233
Über die Autoren	239