

FbtecvHcldev **Die**  
**Fünf Tibeter**

*Das alte  
Geheimnis  
aus den Hochtälern  
des Himalaya  
läßt Sie Berge versetzen*

Einführung  
von *Chris Griscom*

Aus dem Amerikanischen von  
*Christopher Baker*

Mit weiteren Beiträgen von  
*Dr. Birgit Petrick-Sedlmeier*  
*Maruschi A. Magyarosy*  
*Volker Zahedra Karrer*  
*Wolfgang Müller*  
*u.a.*

INTEGRAL

# ihaltsverzeichnis

Seite

## forwort

Das Phänomen und das Phantom - über den Autor

^**Einführung** von *Chris Griscom*.....13

- Das alte Geheimnis der "Quelle der Jugend" -

## Erster Teil

Shangri-La? - Der Horizont hinter dem Horizont..... 21

Die Energie-Riten.....30

Fragen und Antworten.....43

## Zweiter Teil

Fortschritte im Himalaya-Club.....49

Noch einen Schritt weiter.....52

## Dritter Teil

Vitalität und Ernährung.....57

## Vierter Teil

Die Energie der Stimme.....63

Das Wunder wirkt weiter.....67

Darf das alles wahr sein? - Zuschriften.....70

Das *neue* Geheimnis.....75

Faszination und praktisches Üben

von *Dr. Birgit Petrick-Sedlmeier*.....76

Affirmationen lenken die Energie

von *Maruschi A. Magyarosy und Volker Zahedra Karrer*.....82

Musik als Energieverstärker

von *Wolfgang Müller*.....88

Gründen Sie Ihren "Himalaya-Club".....89

Literaturhinweise.....90