

# INHALT

## **Die köstliche Perle 7**

### **Die Perlen und ihre Bedeutung 15**

Die farbigen Perlen der neun Muster 16

Die acht weißen Perlen der Stille 23

Die durchsichtige Perle der Transzendenz 23

### **Selbsterforschung 25**

Bilanz ziehen: Der Segenskranz 26

Bilanz ziehen: Der Schattenkranz 32

Die zehn An-Gebote 38

### **Veränderungsprozesse 45**

Probleme verstehen und lösen 46

Beispiel Heilungsprozess: Überwindung von  
Sucht 55

### **Basisgebete 61**

Der Morgenkranz: „St. Gerolder Gebet“ 62

Der Vaterunser-Kranz 66

Der Abendkranz: „Bleibe bei uns, Herr“ 72

### **Meditationen 77**

Der Kranz der kosmischen Liebe 78

Das Perlenlob 83

Der Kranz des Friedens 88