

# INHALT

## EINFÜHRUNG

- Die „*Imitatio Christi*“  
des Thomas von Kempen. . . . . 11

## ERSTES BUCH

### Anleitung zum geistlichen Leben

1	<i>Von der Nachfolge Christi</i> . . . . .	15
2	<i>Sich selbst demütig einschätzen</i> . . . . .	16
3	<i>Die Lehre der Wahrheit</i> . . . . .	17
4	<i>Achtsamkeit beim Handeln</i> . . . . .	20
5	<i>Das Lesen der heiligen Schriften</i> . . . . .	20
6	<i>Ungeordnete Gesinnungen</i> . . . . .	21
7	<i>Keine trügerische Hoffnung und Überheblichkeit hegen!</i> . . . . .	22
8	<i>Vertrauensseligkeit sollte man vermeiden</i> . . .	23
9	<i>Gehorsam und Unterordnung</i> . . . . .	23
10	<i>Sei nicht redselig</i> . . . . .	24
11	<i>Frieden erwerben und unermüdlich weiterstreben</i> . . . . .	25
12	<i>Der Nutzen von Widrigkeiten</i> . . . . .	27
13	<i>Anfechtungen zurückdrängen</i> . . . . .	28
14	<i>Leichtfertiges Urteilen meiden</i> . . . . .	30
15	<i>Handeln aus der Liebe</i> . . . . .	31
16	<i>Ertrage die Unzulänglichkeiten der anderen</i> . . . . .	32
	<i>Das monastische Leben</i>	
17	<i>Schau auf das Vorbild der heiligen Väter</i> . . .	33
	<i>Was gute Ordensleute tun</i>	
18	<i>Liebe zu Einsamkeit und Schweigen</i> . . . . .	35
19	<i>Das reuevolle Herz</i> . . . . .	38
20	<i>Der Blick in das menschliche Elend</i> . . . . .	39

21	<i>Betrachtung des Todes</i> . . . . .	42
	<i>Gericht und Strafe für die Sünden</i>	
22	<i>Besserung des Lebens von Grund auf</i> . . . . .	45

## ZWEITES BUCH Wege zum inneren Leben

1	<i>Der innere Wandel</i> . . . . .	49
2	<i>Sich in Demut unterordnen</i> . . . . .	52
3	<i>Der gütige, friedensbereite Mensch</i> . . . . .	52
4	<i>Lauterer Sinn und einfältige Absicht</i> . . . . .	54
5	<i>Achten auf sich selbst</i> . . . . .	54
6	<i>Die Freude eines guten Gewissens</i> . . . . .	56
7	<i>Die uneingeschränkte Liebe zu Jesus</i> . . . . .	57
8	<i>Vertraute Freundschaft mit Jesus</i> . . . . .	58
9	<i>Wenn du trostlos und verlassen bist</i> . . . . .	60
10	<i>Dankbarkeit für Gottes Gnade</i> . . . . .	63
11	<i>Nur wenige lieben das Kreuz Christi</i> . . . . .	64
12	<i>Der königliche Weg des heiligen Kreuzes</i> . . . . .	66

## DRITTES BUCH Kampf und Trost

1	<i>Christus spricht im Innern zur gläubigen Seele</i> . . . . .	72
2	<i>Die Wahrheit spricht im Inneren ohne laute Worte</i> . . . . .	73
3	<i>Gottes Worte muß man in Demut hören</i> . . . . .	74
	<i>Lebe in Wahrheit und Demut vor Gott</i>	
4	<i>Die wunderbare Wirkung der göttlichen Liebe</i> . . . . .	76
5	<i>Die Erprobung dessen, der wahrhaft liebt</i> . . . . .	78
	<i>Die Gnade unter der Obhut der Demut verbergen</i>	
6	<i>Unter den Augen Gottes sich selbst niedrig einschätzen</i> . . . . .	81

7	<i>Alles auf Gott als das letzte Ziel beziehen. . . . .</i>	82
8	<i>Gott dienen ist angenehm . . . . .</i>	83
	<i>Prüfe und mäßige die Sehnsüchte deines Herzens</i>	
	<i>Die Schule der Geduld und der Kampf gegen die Begierden</i>	
9	<i>Gehorsam und Demut nach dem Beispiel Jesu Christi . . . . .</i>	85
	<i>Im Guten nicht überheblich werden, sondern Gottes verborgene Gerichte bedenken</i>	
10	<i>Verhalten bei allen Anliegen im Handeln und Reden . . . . .</i>	86
11	<i>Der wahre Trost ist allein in Gott zu suchen . .</i>	87
12	<i>Alle Sorgen leg in Gottes Hand . . . . .</i>	88
13	<i>Irdisches Leid nach Christi Beispiel mit Gleichmut ertragen . . . . .</i>	89
	<i>Ertragen von Unrecht und: Wer sich wahrhaft als geduldig erweist Das Eingeständnis der eigenen Schwachheit und das Elend dieses Lebens</i>	
14	<i>Mehr als alle Güter und Gaben muß man die Ruhe in Gott suchen . . . . .</i>	91
15	<i>Sich an die vielfachen Wohltaten Gottes erinnern . . . . .</i>	93
16	<i>Vier Quellen großen Friedens . . . . .</i>	95
	<i>Nicht neugierig im Leben eines anderen herumforschen</i>	
17	<i>Das Geheimnis von innerem Frieden und Fortschritt. . . . .</i>	97
18	<i>Von der überragenden Würde des freien Geistes, die eher durch demütiges Gebet als durch Lektüre erreicht wird . . . .</i>	98
	<i>Die Eigenliebe hindert den Fortschritt zum höchsten Gut hin Wider die Zungen der Verleumder</i>	
19	<i>Wie Gott im Leid anzurufen und zu preisen ist . . . . .</i>	100

- 20 *Um Gottes Hilfe beten und darauf vertrauen,  
die Gnade wiederzuerlangen . . . . . 101*
- 21 *Sich vom Geschaffenen loslösen,  
um den Schöpfer finden zu können . . . . . 103  
Selbstverleugnung und Absage an  
alle Begierlichkeit*
- 22 *Das Herz ist unbeständig, doch Gott  
muß das Endziel sein. . . . . 105*
- 23 *Gottesliebe ist köstlicher Wohlgeschmack  
über alles und in allem. . . . . 106*
- 24 *In diesem Leben gibt es keine Sicherheit  
vor der Anfechtung. . . . . 107  
Das eitle Menschengerede*
- 25 *Durch lautere und umfassende Selbst-  
entäußerung zur Freiheit des Herzens. . . . . 108  
Die äußeren Dinge gut in Ordnung halten,  
in Gefahren zu Gott seine Zuflucht nehmen  
Der Mensch soll in seinen Unternehmungen  
nicht rücksichtslos sein*
- 26 *Aus sich selbst hat der Mensch nichts Gutes,  
und er kann sich über nichts rühmen . . . . . 110  
Die Verachtung aller zeitlichen Ehre*
- 27 *Auf Menschen ist kein Verlaß,  
wenn es um den Frieden geht . . . . . 111*
- 28 *Gegen das eitle und weltliche Wissen . . . . . 112  
Man soll äußerliche Dinge nicht  
an sich ziehen  
Man darf nicht jedem trauen, und leicht  
fehlt man mit seinen Worten  
Man soll auf Gott vertrauen,  
wenn einen Worte verletzen  
Alles Schwere muß um des ewigen  
Lebens willen ertragen werden  
Der Tag der Ewigkeit und die Bedrängnisse  
dieses Lebens  
Die Sehnsucht nach dem ewigen Leben*
- 29 *Wie der verlassene Mensch sich in  
Gottes Hände befehlen muß . . . . . 114*

30	<i>Man muß sich geringen Arbeiten widmen, wenn es an der Kraft zu hohen Werken fehlt</i>	117
31	<i>Der Mensch soll sich nicht des Trostes würdig erachten . . . . .</i>	118
32	<i>Die Gnade Gottes macht sich nicht gemein mit denen, die dem Irdischen zuneigen . . . .</i>	119
33	<i>Natur und Gnade haben verschiedene Triebkräfte . . . . .</i>	121
	<i>Die verderbte Natur und die Kraft der göttlichen Gnade</i>	
34	<i>Wir müssen uns selbst verleugnen und Christus durch das Kreuz nachfolgen . . .</i>	124
	<i>Der Mensch ist nicht verworfen, wenn er in einzelne Fehler fällt</i>	
35	<i>Allzu hohe Dinge und Gottes verborgene Ratschlässe soll man nicht zu ergründen suchen. . . . .</i>	126
36	<i>Auf Gott allein alle Hoffnung und alles Vertrauen setzen . . . . .</i>	129

## VIERTES BUCH

### Vom Sakrament des Altares

<i>Vorwort: Fromme Ermahnung zur heiligen Kommunion. . . . .</i>	131	
1	<i>Mit welcher Ehrfurcht Christus zu empfangen ist. . . . .</i>	131
2	<i>Im Sakrament wird dem Menschen Gottes große Güte und Liebe geschenkt. . . . .</i>	136
	<i>Es ist nützlich, oft zu kommunizieren</i>	
3	<i>Der andächtige Empfang der heiligen Kommunion trägt reiche Frucht. . . . .</i>	138
	<i>Die Würde des Sakraments und der Priesterstand</i>	
	<i>Vorbereitung zur heiligen Kommunion</i>	
4	<i>Prüfung des eigenen Gewissens und Vorsatz zur Besserung . . . . .</i>	140

5	<i>Das Opfer Christi am Kreuz und die vollkommene Selbstingabe . . . . .</i>	142
6	<i>Wir müssen uns selbst und alles, was unser ist, Gott darbringen und für alle beten . . . . .</i>	143
	<i>Die heilige Kommunion darf nicht leichthin unterlassen werden</i>	
7	<i>Der Leib Christi und die Heilige Schrift sind der gläubigen Seele ganz besonders notwendig. . . . .</i>	145
8	<i>Wer Christus empfangen will, muß sich mit großer Sorgfalt vorbereiten . . . . .</i>	148
9	<i>Der Mensch muß mit ganzem Herzen die Vereinigung mit Christus im Sakrament anstreben . . . . .</i>	150
10	<i>An Gott hingegebene Menschen verlangen voll glühender Sehnsucht nach dem Leib Christi . . . . .</i>	152
11	<i>Die Gnade der Hingabe wird durch Demut und Selbstverleugnung erworben . . . . .</i>	153
12	<i>Trage Christus deine Nöte vor, und verlange nach seiner Gnade . . . . .</i>	154
13	<i>Die brennende Liebe und starke Sehnsucht, Christus zu empfangen. . . . .</i>	156
14	<i>Der Mensch soll über dieses Sakrament nicht neugierig grübeln . . . . .</i>	158
 <b>ZUR VERTIEFUNG</b>		
	<b>Brennpunkte der Spiritualität der „Imitatio Christi“ . . . . .</b>	160
	<i>Hinweise zum Text . . . . .</i>	176