

Inhalt

| | |
|--|----|
| Einführung | 7 |
| Die Kontemplation und Ich | 15 |
| Über das Verhältnis von Spiritualität und Psychologie . | 21 |
| Die Hinwendung zum Bewusstsein | 27 |
| Die kontemplative Praxis | 31 |
| Am Ende anfangen oder: Wer bin ich? | 35 |
| ☉ Selbsterkundung - Den Seinsgrund entdecken . . . | 48 |
| ☉ Gibt es Erfahrungen außerhalb von Bewusstsein? . | 62 |
| Der Körper oder: Wo ist Innen? | 69 |
| ☉ Den Allgrund erfahren | 78 |
| Das Relative und das Absolute oder: Mensch und Gott | 89 |

☯ Einssein 106

Ein Ausflug in die Theologie 113

Die Kontemplation und das übrige Leben 119

☯ Das Ich-Gefühl 132

Zusammenfassung 137

Nicht-Praxis 139

Literatur 141