

Inhalt

Vorwort der Herausgeberin	7
1 · Niemand sein	9
2 · Unser Bewusstsein umstülpen	17
3 · Zu unserer wahren Natur erwachen	27
4 · Erleuchtung als eine gewöhnliche menschliche Erfahrung	35
5 · Die Kunst, sich am Leben zu freuen	45
6 · Unbedingte Freiheit	53
7 · In Liebe zerschmelzen	63
8 · Transzendenten Glückseligkeit	75
9 · Den Geist entspannen	81
10 · Einen Blick auf die Wahrheit erhaschen	91
11 · Verrückte Liebe – ein ekstatischer Weg zur Überschreitung des Geistes	99
12 · Reines Gewahrsein ist in jedem Moment zugänglich	107
13 · Ekstatisches Mitgefühl	117
14 · Zum wahren Leben erwachen	125
15 · Hingabe – sich ganz dem gegenwärtigen Augenblick übergeben	135
Der Autor Anam Thubten	144