

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	15
I. TEIL: VORTRÄGE	17
Einleitung.....	18
I. Suche nach dem Sinn des Lebens.....	23
1. Wenn die Horizonte fallen	23
2. Kosmische Dimensionen.....	24
3. Bedeutung unseres Lebens.....	25
4. Das Universum als Selbstoffenbarung Gottes.....	27
5. Das spirituelle Bedürfnis im Menschen.....	29
6. Sinn des Menschseins	31
7. Sinn unseres Lebens.....	32
8. Sterben und Leben	34
9. Erfahrung der letzten Wirklichkeit.....	36
10. Einsamkeit des Menschen.....	38
11. Projektion auf Dinge und Menschen.....	39
12. Projektion auf Gott.....	40
13. Zerfall der Projektionen in der Erfahrung des Namenlosen	40
14. Alle Dinge schmecken nach Gott	42
II. Naturwissenschaft und Mystik.....	44
1. Der Mensch ist mehr als sein Intellekt.....	44
2. Elektromagnetische Felder.....	45
3. Lebensfelder	45
4. Wir sind keine Monaden	46
5. Morphogenetische Felder	47
6. Konsequenzen	48
III. Transpersonale	50
1. Entfaltung des menschlichen Bewusstseins	50
2. Stufen des Bewusstseins	51
3. Namen für die letzte Wirklichkeit	53

4. Religion und Heilige Schriften	55
5. Die mystische Erfahrung.....	57
6. Heimweh nach Gott.....	66
7. Erlösung ist Erfahrung der ganzen Wirklichkeit	67
8. Evolution und Ursünde	69
9. Der Strom des Lebens.....	70
10. Mystische Erfahrung und soziale Verantwortung.....	74
11. Wandel der Persönlichkeit – Wandel der Welt.....	76
12. Aufgabe der Religionen.....	78
IV. Religion oder Esoterik?	80
1. Religion und Esoterik.....	80
2. Wie kam es zu den Gottesbildern?.....	81
3. Atheismus und Agnostizismus	82
4. Offenbarung	83
5. Esoterik – Religion – Naturwissenschaft.....	84
6. Pantheismus – Monismus.....	86
7. Die bipolare Einheit	87
8. Rückkehr in die Ganzheit.....	90
9. Mythos – die Sprache der Religion	91
10. Ich und Selbst	93
V. Christliche Mystik und die östlichen	
esoterischen Wege	96
1. Rationales Erfassen und mystische Erfahrung.....	96
2. Exoterik und Esoterik in den Religionen	103
3. Bedeutung der östlichen Esoterik	
für die westliche Mystik.....	106
4. Esoterik und Alltag	107
5. Abbau von Vorurteilen	109
VI. Kontemplatives Beten –	
eine alte christliche Tradition.....	113
1. Begriffsbestimmung.....	113
2. Kataphatische und apophatische Spiritualität	114
3. Religion und Persönlichkeitsstruktur.....	115
4. Einübung in die Kontemplation	116

5. Wer soll sich auf den Weg der Kontemplation machen?.....	118
6. Grundformen der Einübung	119
a) Die Übung mit dem Atem.....	121
b) Die Übung des Sitzens.....	122
c) Die Übung mit dem Wort.....	123
d) Vom Lassen der Gedanken	124
e) Die Übung der Hingabe und Liebe	126
f) Wahrnehmung des eigenen Seins.....	126
g) Das mantrische Beten	127
VII. Gebetswege großer Mystiker	133
A. Die Wüstenväter (3./4. Jh.):	
Puritas cordis – Reinheit des Herzens.....	133
a) Reinheit des Herzens.....	134
b) Die Praxis	135
c) Das Einüben mit der Formel	137
B. Meister Eckehart (1260 – 1328):	138
a) Nichtsuchen als Weg zu Gott	138
b) Zwei Arten von Wissen.....	141
c) Anweisungen zur Übung.....	142
d) Die innere Übung.....	143
e) Kontemplation und Aktion.....	146
C. Johannes vom Kreuz (1542–1591):	147
a) Liebendes Aufmerken	147
b) Einüben der liebenden Aufmerksamkeit.....	150
c) Der Reinigungsprozess – Die Dunkle Nacht	151
d) Führung auf dem kontemplativen Gebetsweg	154
e) Kritik an den Seelenführern	156
D. Madame Guyon (1648–1717):	159
a) Der aktive Lichtweg	160
b) Der passive Lichtweg	161
c) Der Nachtweg – allgemeine Beschreibung	162
d) Der Reinigungsprozess	163
E. Verfolgung und Niedergang der Mystik	169

a) Das Gebet der Kontemplation	
bis zum 16. Jahrhundert.....	169
b) Niedergang des Gebetes der Kontemplation.....	170
c) Verfolgung der Mystiker	172
VIII. Jesus Christus in der Kontemplation	177
1. Vertiefung des Glaubens	177
2. Wandlung, nicht Nachahmung	178
3. Weg der Reinigung.....	179
4. Loslassen aller religiösen Vorstellungen	180
5. Jesus Christus, der Archetypus der Einheit	180
6. Jesus Christus, der Führer zum Göttlichen	182
IX. Psychologische Aspekte des inneren Weges	185
A. Achtsamkeit	185
1. Die Übung der Achtsamkeit.....	185
2. Formen der Achtsamkeit	187
3. Das Ich – Schnittpunkt unserer Gedanken, Gefühle und Begierden	188
4. Entidentifikation	191
B. Sakrament des Augenblicks.....	193
1. Die Sehnsucht des Menschen nach Gott	193
2. Sterben, um wiedergeboren zu werden	195
3. Das Sterben des Ich.....	196
4. Die verwandelnde Kraft des Augenblickes	197
5. Der Augenblick bringt uns in die Erfahrung des Lebens.....	199
6. Meister Eckehart und der Augenblick.....	200
7. Gott im Augenblick des Alltags	202
C. Tiefenstrukturen und Stadien auf dem inneren Weg	203
Stufen der Entfaltung	203
1. Stufe: Orientierung	204
2. Stufe: mehr Bewusstheit	205
3. Stufe: Bewusstseinsvereinheitlichung	205
4. Stufe: Bewusstseinsentleerung	207
5. Stufe: Stadium der Ruhe	207

6. Stufe: Abbau jeglicher Ichaktivität	208
7. Stufe: Erleuchtung.....	209
Zusammenfassung	210
D. Bewusstseinswandel (Orthonoia – Paranoia – Metanoia) ..	212
E. Umgang mit Gefühlen	216
1. Emotionen und Gefühle	216
2. Verwandlung von Emotionen.....	217
3. Leitlinien	218
F. Die Höhle des Herzens	222
1. Die Höhle, ein Symbol für das Unbewusste	222
2. Das Höhlengleichnis von Plato	227
G. Der Schatten	231
1. Die Bedeutung des Schattens	231
2. Die Projektion nach außen	232
3. Schauen hinter die Maske	234
4. Das Ja zum Schatten	234
5. Koexistenz von Schatten und Bewusstsein	235
6. Wie kommt es zum Schatten?	236
H. Depression oder Transformationsprozess?	239
1. Bestimmung des Menschen	239
2. Widerstände unseres Ich	240
3. Sinn des Leides	242
4. Zwei Arten von Depression.....	243
5. Heilungsmöglichkeiten.....	247
X. Sittliches Verhalten	251
1. Wille Gottes	251
2. Was suchen wir?.....	257
3. Rückkehr zum Einen.....	257
4. Triebkraft der Liebe	258
5. Ethik von innen.....	259
6. Gott ist Liebe – Ethik des Christentums	263
XI. Tod oder Verwandlung?.....	267
1. „Die zahllosen Welten des Universums sind wie Blasen im Meer“ (Shodoka).....	267

2. Koordinatensystem.....	269
3. Vom Sinn des Widerstandes.....	270
4. „Folge dem Lauf des Wassers!“	271
XII. Mystik – Weltflucht oder Weltverantwortung?	273
1. Der Mensch auf dem Weg zum Menschen.....	273
2. Zurück in den Uroborus ... oder nach vorn in Pleroma?.....	275
3. Pseudomystik – Verweigerungsmystik.....	275
4. Verantwortung der Esoterik für unsere Erde	276
5. Ursünde oder Individuation?	277
6. Der Wandel der Welt beginnt bei uns	279
7. Der Teufel, unser Zwillingsbruder	280
8. Mystik – harmonisierend oder revolutionär?	281
9. Der Mensch hat Zukunft.....	282
II. TEIL: ANSPRACHEN	285
Vorbemerkung	286
1. „Ich werde meinen eigenen Namen auf sie schreiben“.....	286
2. Mose und die Herrlichkeit des Herrn (Exodus 33,18)..	287
3. Berufung (Mk 1,14 ff).....	288
4. Eckstein (Mk 12,10).....	290
5. Immaculata.....	291
6. Weihnachten (I) (Johannes 1,1 ff).....	293
7. Weihnachten (II)	294
8. Epiphanie	296
Kult und Ritual (zum Fest der Beschneidung des Herrn)...	297
Für wen haltet ihr mich? (Mt. 16,13)	299
Jesus Christus (I)	301
Jesus Christus (II).....	303
Jesus Christus (III) (Eph 1,3 u. Kol 1,15)	306
Jesus, der Hirt (Jo 10,11)	310
Verklärung Jesu (Mk 9,2 ff)	311
Auferstehung.....	313

Auferstehung – Tod des Lazarus (Jo 11,17)	316
Christi Himmelfahrt	318
Der Kosmische Christus	319
„Heilige Geistin“	322
Esoterik und Christentum	324
Die anstößige Einheitserfahrung	326
Mythen	328
Jesus Christus als Mythos	329
Hirte – oder der Krieg der Sterne?	331
Die Parabel von den zwei Söhnen (Lk 15,11-32)	332
Brot (Jo 6,25 ff)	337
Wasser des Lebens (Jo 7,37)	339
Jüngerschaft (Mk 3,31)	340
Gleichgestaltung – nicht Nachahmung	344
Hölle oder Verwandlung	346
Über das Gebet	347
Benedikt	350
Visionen (Lk 2,36 ff)	352
Weisheit	353
Das apokryphe Evangelium der Maria –	
Das Weibliche im Menschen	355
Hagios gamos – Heilige Hochzeit (Trauungsansprache)	358
Woher sind wir?	362
Endzeit (Mk 13,24 ff)	364
Ewiges Leben	365
Das Neue Jerusalem (Off 21,1 ff)	368
III. TEIL: ERFAHRUNGSBERICHTE	371
Vorbemerkung	372
... Alles ist Licht	373
... dass es keinen Tod gibt	374
... wir zerhacken das Jetzt	374
... Ich habe das ‚Fürchtet euch nicht‘ erlebt	374
... kein Raum, keine Menschen, keine Grenze	375

... auf einmal war ich ohne Angst	375
... keine Frage mehr	376
... ja, ich war in ihm	376
... zwischen Sitzen und Gehen war kein Bruch	377
... wer geht die Treppe hoch?	377
... einfach ein Löffel	378
... ja, das ist es, das Radieschen auf dem Teller	378
... die Regentropfen fielen ins Wasser, das war alles	379
... eingereiht in die ausgestülpten Finger Gottes	379
... ein Sehen, als sähe ich nicht	379
... wenn ich näher hinschau, ist es nicht mehr	380
... Grenzen hörten auf zu existieren	380
... alles ist Er	381
... wo alles ist, wie es ist	381
... warum habe ich Theologie studiert?	381
... es ist ein grandioses Spiel	382
... in allen Dingen schaut mich Gott an	382
... einfach sitzend	382
... keine Moral, kein Gewissen	383
... ich bin immer noch am Schauen! Ich?	384
... ich war noch nie so wach ... ohne alle Zeit	384
... es war Gott als ‚der ganz andere‘	385
... ich begann ‚Nichts‘ zu sehen.	
Es war die zaunlose Wirklichkeit	386
... alles war so richtig	386
... nur dieses Namenlose	387
... es ist ein radikales Irrewerden	387
... es lief	387
... es gilt, nicht einen Schritt zu tun	387
... es betet innen, es atmet innen	388
... das ist ein Untergehen auf Leben und Tod	388
... warum hat der göttliche Weg	
so unmenschliche Züge?	389
Gott, warum lockst du mich?	390

... Ich bin scheinbar gottlos geworden	391
... auch die lebensbedrohlichste Krankheit	
verliert jede Bedeutung	391
... nur Ölähume, nur Zikaden	392
... nur dieser Schritt, diese Bewegung	392
... ohne warum	392
... jedes Blatt und das Pflaster ... jedes Ding war ER ...	393
... ich liebe so wenig	393
... für einen Augenblick war ich dieses Geräusch	394
... das Papier ist weiß, die Tinte blau	394
... alles ist gleich ... Gott-Wirklichkeit	395
... es gibt kein Gegenüber mehr	395
... hörst du, wie draußen alles grün wird	395
... darin bin ich wichtig und unwichtig zugleich	395
... dass ich mein Leben lang daran vorbeigelaufen bin ...	396
... bin ja schon immer ‚innerhalb‘ des Tores gewesen ...	396
... nichts außer dem großen Schweigen	399
... wo könnte ich mich verirren	399
... ich bin ... und Du bist ich	399
... wann werden die letzten Stricke reißen ...?	400
... Was ist mein Wesen?	402
... Spiegel, meine Augen, darin erkenne ich	
ES – ICH, DU, GOTT, ALLES	402
... die Tür ist geöffnet, das wusste ich nicht	404
 Anmerkungen.....	405