

Inhalt

Einführung in den allumfassenden Zen-Weg.....	11
Das wahre Selbst, die Urquelle allen Lebens.....	11
Die allumfassende Ganzheit des Seins.....	14
 1. Alles ist der Eine Geist.....	17
Unsere ursprüngliche, göttliche Natur.....	19
Die Nur-Geist-Lehre des Zen	23
 2. Die grenzenlose Weite des Geistes.....	27
Bewusstseinsverengung	29
Im Schattendunkel der Maya	33
 3. Zen – jenseits des Denkens.....	37
Das augenblickliche Erfassen der Wirklichkeit	39
Befreiung vom Denkwang	42
Im reinen Gewahrsein des Geistes.....	45
 4. Die Suche nach dem Glück	49
Bewusstwerdung der Vergänglichkeit.....	51
Innere Losgelöstheit.....	55

5. Der Weg zur höheren Bewusstheit.....	59
Die Natur des Geistes verstehen.....	61
Loslösung von Konzepten.....	65
6. Die Wirklichkeit unseres ursprünglichen Seins	69
Im Ozean der Wandelwelt.....	71
Ursprüngliches Buddha-Wesen	75
7. Die Unsterblichkeit des wahren Selbst	79
Die Illusion der Persönlichkeit.....	81
Im Augenblick des Todes	84
Das ewige, unwandelbare Selbst	87
8. Die immerwährende Gegenwart des Selbst	91
Die Erfahrung unseres wahren Seins.....	93
Die ewige Quelle allen Lebens	95
Die Flüchtigkeit des Lebens	97
9. Das wahre Selbst als das ewige »Ich bin«	101
Die ursprüngliche Quelle aller Dinge.....	103
Das ewige »Ich bin«	106
10. Der Aufgang des inneren Lichtes.....	109
Der mystische Tod	111

Die Höhle des Herzens	113
Das strahlende Licht der Wirklichkeit	116
11. Rückkehr zum Ursprung allen Seins.....	119
Gott und Ich sind eins	121
Blitzartige Erleuchtung	123
Die Feuertaufe des Geistes.....	126
Glossar.....	129
Kontaktadresse	135