

INHALT

Vorwort	9
Dank	15
Einführung	17
Was ist Weisheit?	19
Wie wird der Mensch weise?	23
Was ist ein Meister?	27
Leben und Wirken Meister Eckharts	34
Teil 1	
Grundlagen	
Vom Wert des Menschen und der Seele	41
Adel und Göttlichkeit der Seele	43
Der Mensch als Sohn Gottes	51
Die Natur Gottes und der Seele ist Geist	57
Die »holografische« Einheit des Geistes	63
Die Heimkehr des »verlorenen Sohnes« zur Einheit	71
Christus als Vorbild und die Notwendigkeit eigener Nachfolge	82
Übungsteil I	
Geisteskraft und Achtsamkeit wiedergewinnen	87
Teil 2	
Der Weg	
Von wahrer Gelassenheit und Stille	101
Das Göttliche erreichen durch »Entfernen des Fremden«	103
Vervollkommnung im praktisch-tätigen Leben: jeder auf seine Weise	110
Den Widerstand aufgeben – die Welt annehmen	118

Die Verantwortung übernehmen – Altes bereinigen	130
Bewerten und Verurteilen aufgeben	141
Die Aufmerksamkeit befreien – die Macht des Willens	154
Problembewältigung im Alltag	169
Mit Trauer und Leid umgehen	184
»Alles okay« – mit heiterer Gelassenheit leben	192
 Übungsteil II	
Bereinigen – Auflösen – Entgrenzen	199
 Teil 3	
Das Ziel	
Der Durchbruch – Einssein mit Gott	229
Vorbereitung und Ausrichtung	231
Abgeschiedenheit – der Weg durch die Stille	240
Der Durchbruch – Gottesgeburt und Eins-Sein	251
Wahre Freude und Glückseligkeit	261
Leben und Handeln aus dem göttlichen Geist	268
Die Liebe leben – Mitgefühl mit allem Sein	282
 Übungsteil III	
Mit dem Göttlichen Eins werden	287
Anmerkungen	296
Literatur	300
Glossar	301
Kontakt zum Autor	304