

THOMAS KEATING

# Das kontemplative Gebet

*Aus dem Amerikanischen von  
Ulrike Strerath-Bolz*

*Vier-Türme-Verlag*

## **Inhalt**

Danksagungen . . . . .	7
Einleitung . . . . .	11
1 Programmierung des Glücks . . . . .	17
2 Das falsche Selbst in Aktion. . . . .	31
3 Anfechtungen der Gefühle . . . . .	39
4 Die Natur des Menschen. . . . .	49
5 Das mythische Bewusstsein . . . . .	59
6 Das rationale Bewusstsein . . . . .	69
7 Die vier Einwilligungen . . . . .	75
8 Bernie . . . . .	83
9 Der heilige Antonius als Beispiel für die spirituelle Reise . . . . .	93
10 Die Nacht der Sinne – Freiheit vom falschen Selbst . . . . .	105
11 Besondere Prüfungen in der Nacht der Sinne . . . . .	111
12 Antonius in den Gräbern – Freiheit von der kulturellen Konditionierung . . . . .	119
13 Die Früchte der Nacht der Sinne . . . . .	131
14 Stufen des kontemplativen Gebets . . . . .	139
15 Die Nacht des Geistes . . . . .	145
16 Vereinigung und Verwandlung . . . . .	153
17 Die ersten vier Seligpreisungen . . . . .	159

18	<i>Die letzten vier Seligpreisungen</i> . . . . .	165
19	<i>Die Essenz des kontemplativen Gebets</i> . . . . .	171
20	<i>Von der Kontemplation zur Aktion</i> . . . . .	181
21	<i>Kontemplation in Aktion</i> . . . . .	191
22	<i>Spiritualität im Alltag</i> . . . . .	195
	<i>Anhang I: Das falsche Selbst in Aktion</i> . . . . .	209
	<i>Anhang II: Die menschliche Natur</i> . . . . .	210
	<i>Anhang III: Vergleich zwischen christlich-spiritueller Reise und evolutionärem Modell</i> . . . . .	212
	<i>Glossar</i> . . . . .	213
	<i>Ausgewählte klassische Quellen der christlich-kontemplativen Tradition</i> .	220
	<i>Zentren der Kontemplation im deutschsprachigen Raum</i> . . . . .	221