



Teil 3: Die Praxis des inneren Weges

Stand 26.03.2025

Warum dieses Buch? Eine Lücke in der spirituellen Praxis

Nun kommen wir zum praktischen Teil des inneren Weges zur Einheit mit Gott.

Es gibt zahlreiche Bücher und Videos zur Einführung in die Meditation sowie vieles über das Herzensgebet und Achtsamkeit.

Was ich jedoch persönlich immer vermisst habe, ist eine konkrete Beschreibung des inneren Weges für Fortgeschrittene.

Während oft beschrieben wird, wie man mit der Meditation beginnt, fehlt es an Anleitungen dazu, wie man tiefere Zustände erreicht und wie die innere Transformation nach mehreren Jahren der Praxis geschieht.

Mit diesem Buch möchte ich genau diesen Leitfaden bieten.

Der grundlegende innere Prozess wurde bereits in Teil 2 beschrieben. Dieser dritte Teil soll eine praktische Ergänzung dazu sein.

Es gibt einige Punkte, an denen man auf diesem Weg stagnieren kann, selbst wenn die anfänglichen Schwierigkeiten längst überwunden sind. Hier möchte ich Orientierung geben, Hindernisse aufzeigen und Lösungsansätze anbieten.

Ein praxisorientierter Ansatz jenseits fester Traditionen

Ich selbst habe Zugang zu verschiedenen Meditationstraditionen gefunden, ohne mich an eine bestimmte zu binden. Für mich war es stets am wichtigsten, das dahinterliegende Prinzip zu verstehen und sicherzustellen, dass es funktioniert.

Diesen Fokus werde ich auch im Praxisteil beibehalten.

Ein Beitrag zur mystischen Praxis in der Vereinigungsbewegung

Da ich persönlich mit der Vereinigungsbewegung geistig verbunden bin – einer Bewegung, in der es bislang wenig mystische Praxis gibt –, möchte ich mit diesem Buch einen Vorschlag unterbreiten, wie eine solche Praxis aussehen könnte. Eine Praxis, die diesen Glaubensweg unterstützt und vertieft.

Für alle Suchenden: Ein strukturierter Leitfaden

Der Leitfaden ist ebenso für alle, die in einer anderen Religion verwurzelt sind oder als spirituell Suchende eine strukturierte Anleitung für einen inneren Weg wünschen.

Source URL:

<https://baum-des-lebens.org/der-innere-weg/die-praxis-meditation-und-gebet-im-geiste>