

Anthony de Mello

Die Fesseln lösen

Einübung in erfülltes Leben

Herder
Freiburg • Basel • Wien

Inhalt

Vorwort des Herausgebers.	5
-----------------------------------	---

ERSTER TEIL

Auf den Wassern wandeln

Die Sünde.11
Stille, die zu Gott führt.13
Der Friede.23
Die Freude.32
Das Leben.42
Die Freiheit.52
Die Liebe.62
Das Gebet.72
Befreiung.85
Spiritualität.89
Lassen Sie Ihr Boot am Strand.91

ZWEITER TEIL

Die Fesseln lösen

Selbsterdachtes Leid heilen.99
Seine Gefühle zum Ausdruck bringen.112
Übungen und Diskussionsanstöße.121
Übung A.121
Übung B.123
Übung C.124
Übung D.126
Übung E.128
Übung F.130
Übung G.132
Übung H.134

Übung I136
Übung J.138
Übung K.140
Übung L.142
Übung M.144
Übung N.146
Übung O.147
Übung P.148
Übung Q.150
Übung R.151

Gedanken Anthony de Mellos S. J. über Meditation und geistliches Wachstum	153
--	-----