

# Inhalt

## Vorwort

Worum es in diesem Büchlein geht	7
----------------------------------	---

I. Ein kurzer Gang durch die Begriffsgeschichte	11
Von den Vätertheologen bis zum Mittelalter	12
Die Deutsche Mystik	18
Die Spanische Mystik	21
Die Französische Schule	31
Die Gegenwart	37
II. Versuch einer Definition	47
Vier Bedeutungen und eine Option	47
Das Bild des Baumes	50
Ein Grundwort der christlichen Mystik	53
III. Inneres Beten konkret	57
... wie geht das?	57
Eine neue Art, das Leben zu leben	62
IV. »Starthilfe« mit Texten geistlicher Meister	65
An Gottes Gegenwart denken	
Lorenz von der Auferstehung	65
Ins Innerste hineingezogen werden	
Edith Stein	67

<b>Eine Haltung des Lauschens</b>	
Henri J. M. Nouwen	68
<b>Nicht viele Worte machen</b>	
Caterina von Siena	71
<b>Zu Gott hinschauen</b>	
Elisabeth von Dijon	74
<b>Ein Aufblick der Liebe</b>	
Madame Guyon	75
<b>Sich neben den Freund und Meister setzen</b>	
Teresa von Ávila	77
<i>Der Rat eines Erfahrenen</i>	83
<i>Exerzitienkurse zum Inneren Beten</i>	85
<i>Anmerkungen</i>	87
<i>Literaturhinweise</i>	94