

Inhalt

Im Hier und Jetzt zuhause sein – Einführung von Ursula Hanselmann	7
Vorwort	15
Ausruhen und nichts tun	19
Innehalten	51
Präsent sein, zuhause sein	89
Verbundenheit und Intersein	129
Kontaktadressen	187
Zum Weiterlesen	189