

# Inhalt

Im Hier und Jetzt zuhause sein Einführung von Ursula Hanselmann .....	7
Vorwort .....	11
<i>Ausruhen und nichts tun</i> .....	15
<i>Innehalten</i> .....	37
<i>Präsent sein, zuhause sein</i> .....	61
<i>Verbundenheit und Intersein</i> .....	85
Kontaktadressen .....	124
Zum Weiterlesen .....	126