

Inhalt

Angst in der Welt **8**

Entscheidungen **9**

Du erkennst deinen Weg nicht mehr **15**

In einem Baum wachsen wir **16**

1 Ich finde zurück zur Natur **17**

Wir warten nicht lange genug **25**

ÜBUNG 26

Wenn es nicht mehr weitergeht **29**

2 Metanoia: Ich verändere mich **30**

ÜBUNG 39

Alles ist jeden Tag neu **41**

3 Ich lasse Neues mein Leben berühren **42**

ÜBUNG 47

Wusstest du, dass du aus deinem Mut entstehst? **49**

4 Ich entscheide mich für den Mut **50**

ÜBUNG 52

Ein Faden läuft von dir in die Welt **53**

5 Ich verbinde mich mit der ganzen Welt **55**

ÜBUNG 60

Innere Verwandtschaft **61**

Das Alphabet im Mund **63**

6 Ich achte auf meine Sprache **64**

ÜBUNG **68**

Du spürst ein seltsames Totsein um dich **69**

7 Ich begeistere mich **70**

ÜBUNG **77**

So tief du auch forschst **79**

8 Ich muss nicht alles in der Welt verstehen **80**

ÜBUNG **88**

Wie Flammen brannten damals deine Wünsche in dir **90**

9 Ich will etwas **91**

ÜBUNG **96**

Du bist umgeben von einer seltsamen Freudlosigkeit **98**

10 Ich erspare mir meine Miesepetrigkeit **99**

ÜBUNG **106**

Die Welt frisst dich auf **107**

11 Ich schaffe mir ein Heiligtum **108**

Der heilige Raum **112**

ÜBUNG **114**

Was wir leben, ist wirklich **117**

12 Ich fördere meinen Traum von der anderen
Wirklichkeit **118**

ÜBUNG **128**

Die Systeme unserer Welt erwarten von uns 130

13 Ich bin zum Ungehorsam bereit 132

ÜBUNG 137

Manchmal ist die Welt einfach zu groß 138

14 Ich suche und finde meine Familie 140

ÜBUNG 145

Du spürst in dir eine große Sehnsucht 146

Ich bewege mich zwischen unzähligen Möglichkeiten 148

15 Ich setze die Bedeutung 149

ÜBUNG 152

Es ist, als würde sich für einen Moment dein Leben verdichten 154

16 Ich glaube an das Senfkorn 155

ÜBUNG 159

Es ist, als würde das Leben dir Geheimnisse zuraunen 160

17 Ich lasse mich rufen 161

ÜBUNG 164

Schlussgedanken 165

Vom Wert, sich zu entscheiden 167

Entscheidungen, die ich nicht bereut habe 168

Entscheidungen, die ich noch treffen will 170

Einsichten 172

Der Autor 174