

INHALT

Vorwort	10
-------------------	----

Jänner

Glücksritter:in oder Fragmente des Glücks	13
Untergetaucht	17
Suppe am Herd	21
Und Gott hatte Glück	26

Februar

Dem Wesentlichen auf der Spur	31
Lebensfreude	34
Schlüssel zum Leben	38
Recycelt beten	42
Der Lech und Gott	46

März

Frühjahrsputz	50
Die Kraft der Würde	54
Würde und Verantwortung	57
Aufblühen	61

April

Herzflüstern	65
Fußspuren der Liebe	68
Aufbruch in den Morgen	72
Lyrische Vertiefung: Kartage und Ostern	76
Im inneren Raum	79

Mai

Barfuß im Herzen	83
Der Weisheit auf der Spur	86
Wandlung	89
Verknotungen und Verstrickungen lösen	92
Der Liebe lauschen	96

Juni

Glut unter der Asche	100
Lyrische Vertiefung: Pfingsten	104
Zum Niederkniala schea	107
Leichtfüßig das Himmelreich entdecken	110
Brunnengespräche	114

Juli

Daheim sein, verbunden sein	118
Vom Wasser des Lebens getragen	123
Gipfelerfahrung	127
Frauen(T)räume	131

August

Goldmarie	136
Waldbaden	140
Brot und der Hunger nach Leben	143
Gestillt	147

September

Zuhören und lernen	150
Sonnenblume, ach wie schön!	153
Eine mutige Frau	157

Hoch hinaus	160
Du führst mich ins Weite	164
Oktober	
Einfach leben	169
Erntezeit	172
Nichts bleibt, wie es ist	176
Aschenbrödel oder die königliche Berufung	180
November	
Turbulente Zeiten	184
Ja zu dem, was war	187
Nebel	190
Wurzelzeit	193
Dezember	
Sternstunden	197
Sehnsuchtsvolles Warten	201
Durchlässig werden	204
Lyrische Vertiefung: Advent und Weihnachten	208
In guter Hoffnung	212
Alles hat seine Zeit	216
Dank	222
Die Autorin	223
Quellennachweise	224

Verzeichnis der Übungen mit QR-Codes:

15, 19, 35, 52, 56, 59, 120, 141, 152, 155, 159, 167, 195