

Inhalt

Einleitung	9
1. Alltag	11
Von der Tiefe des Alltags und wie wir (nicht) dahin kommen	
2. Sehnsucht	23
Wie wir in uns den Weg in die Tiefe beginnen	
3. Innehalten	37
Zum Glück unterbrochen – oder anpacken, ohne zu klammern	
4. Einfach da sein	63
In unserem Alltag ganz da sein – und bleiben	
5. Stille	85
Warum es nicht leise sein muss, damit wir still werden können	
6. Schauen	103
Nicht andere Dinge, sondern anders sehen	
Übungen für dich (und deine Gruppe)	117
Mystikerinnen und Mystiker in diesem Buch	127
Dank	131
Anmerkungen	135