

Inhalt

Den Wandel annehmen: Im Blick zurück	7
Spiritualität als Kraft und Weg	19
Heute Mönch sein, Leben im Kloster	21
In der Spur der Sehnsucht	38
Auf der Suche nach dem unfassbaren Geheimnis	50
Der Gott, den Jesus zeigt	73
Vom Gebet: Krise und Segen	81
Was heilsam und heilend ist	100
Im Miteinander der Religionen	109
Die Stille suchen – immer wieder	130
Die Kunst des guten Lebens	143
Der Weg zum Glück	145
Gar nicht so einfach: Einfach leben?	163
Was guttut: Genießen und Verzichten	176
Das eigene Maß und seine Mitte finden	184
Anderen – und sich selber nahe sein	196
Versöhnung und Frieden suchen	210
Leben im Einklang mit der Natur	221
Gelassenheit, Weisheit, Engagement	236
Älterwerden, alt sein – im Wandel wachsen	247
Voller Hoffnung: Der Blick nach vorn	261