

Inhalt

Vorwort	7
Hinführung	13
Sammlung	
Wozu Kontemplation?	23
Der Sehnsucht Raum geben	34
Berührt von etwas Größerem	39
Mehr als Sitzen	46
Hilfen im Prozess	54
Einkehr bei sich selbst	66
Ankerpunkte	74
Nachfolge Christi	83
Ruhe, Stille, Fülle	90
Eigenes Erleben	100
Schweres leichtnehmen	104
Zuflucht finden	108
Wachsen und reifen	112
Innerer Frieden	122

Hindernisse und Bedrängnisse	129
Gott walten lassen	139
Irrtümer erkennen	147
Tröstendes	156
Raum für Weihnachten	166
Unio Mystica	173
Anhang	183
Ablauf eines Kontemplationstreffens	183
Quellenverzeichnis	188
Bibelstellen-Register	204