

Inhalt

GELEITWORT 7

EINLEITUNG 9

HINWEISE ZUM ÜBEN 10

GESTALTUNG DER GEBETSZEITEN 14

DREI VORBEREITENDE ÜBUNGEN 18

DIE ÜBUNGSWOCHEN

■ Woche 1 – WO BIST DU? 26

■ Woche 2 – WAS SUCHST DU? WEN SUCHST DU? 40

■ Woche 3 – WER HAT MICH BERÜHRT? 54

■ Woche 4 – WER IST DER? 68

■ Woche 5 – WAS MUSS ICH TUN? 82

DEN WEG WEITERGEHEN 96

ÜBERBLICK – ÜBUNGEN DER WOCHENTAGE 100

HILFREICHE ADRESSEN 109

QUELLENNACHWEIS 110