

Inhaltsverzeichnis

1 Irgendwann ist es jeder	1
1.1 Ein Panoptikum	2
1.2 Jeder Dritte lebt allein	10
1.3 Sinn in der Einsamkeit finden	22
Literatur	43
2 Der weite Weg der Einsamkeit	47
2.1 Gründe und Abgründe der Einsamkeit	48
2.2 Gesichter des Rückzugs	54
2.3 Verfall und verfallen sein	70
2.4 Kontrolle über das Selbst	84
Literatur	107
3 Zuwendung und Verfehlung des Ich	111
3.1 Die Verfehlung des Ich	112
3.2 Was treibt den Einsiedler?	120

XII Inhaltsverzeichnis

3.3	Wege nach Innen	125
3.4	Einsam im Kollektiv und frei allein	133
	Literatur	140
4	Klausur und Kloster auf Zeit	143
4.1	Klausur als Chance	144
4.2	Exil und Meditation	149
4.3	Zeit zur Versenkung	155
4.4	Schöpferische Pause und Kreativität	161
	Literatur	174
5	Mut zum Alleinsein	177
5.1	In der Stille wartet ein neuer Weg	178
5.2	Aus Einsamkeit wird Freiheit	181
	Literatur	195