

INHALT

VORWORT

**Warum und für wen schreibe ich
dieses Buch?..... 7**

Zur Neuauflage 2018 10

GELEITWORT (Lukas Radbruch) 11

EINLEITUNG

Dieses Buch ist eine Einladung 14

**Spiritualität – Ein eigener und
gemeinsamer Weg 14**

Spiritualität – Eine Geisthaltung 16

VOM GEIST, SICH DAS LEBEN ZU NEHMEN 19

VOM GEIST DER ERGÄNZUNG 33

VOM GEIST DES GEHEIMNISSES 45

VOM GEIST DER ABSICHTSLOSIGKEIT 59

Absichtslose Geistes-Gegenwart 75

VOM GEIST DER HILFLOSIGKEIT 79

Nach Paris übersiedeln 81

Fische vor dem Ertrinken retten 84

Wachstumshilfe für Setzlinge 88

**Alles weghauen, was nicht nach
Löwe aussieht 91**

**VOM GEIST DES FRAGENS UND
DES AUSHALTENS VON FRAGEN 97**

VOM GEIST DES VERTRAUENS	108
Dem Sterben trauen?	109
Sich anvertrauen	110
Den anderen betrauen	113
Sich vertraut machen	116
Sich getrauen	119
Dem Selbst trauen	120
 VOM GEIST DER NIEDERLAGE	 124
 VOM GEIST DES (BEI)LEIDENS	 135
Mitleid als Geisthaltung	135
Mitgefühl als Solidarität des Menschseins	137
Sich aus der Ich-Besetzung lösen	142
Mitleid in Abwehr und Annäherung	143
Mitleid braucht die Öffnung zum eigenen Schmerz	146
Mitleiden – Jemandem Bedeutung geben	148
Mitleid ist kein Einzelkind	154
Herzliches Bei-Leid	157
 VOM GEIST DES (FEST)-HALTENS	 159
 VOM GEIST DER (ENT)-SCHEIDUNG	 172
 VOM GEIST DES UNTERWEGSSEINS	 187
Wenn erst, dann	189
 VOM GEIST DER BEFEUCHTUNG	 200
Humor als Abstandhalter zur Betroffenheit	201
Befeuchtung?	207
Humor als den Menschen auszeichnende Fähigkeit	210
Humor als Akt der Demut und Erhabenheit	212

VOM GEIST DES UNAUFHÖRLICHEN	219
Ein Mensch stirbt und lebt als	
Erinnerung weiter	219
Unaufhörlichkeit – Eine andere Daseinsform?	224
Unaufhörlichkeit als Gegenwart des	
Abwesenden	229
Unaufhörlichkeit als sammelndes Schaffen	234
 VOM GEIST DER UNMÖGLICHKEIT,	
DIE GEISTER ZU BESITZEN UND	
DURCHGEHEND ZU LEBEN	245
Wenn eine tragende Spiritualität ins	
Wanken kommt	248
Die Wertschätzung des Gefühls als Hilfe zur	
Geisthaltung	251
Die Unmöglichkeit als Anlass zur Einsicht	253
Freundschaft als Hilfe zur	
Selbst-Erträglichkeit	257
Von der Würde des Scheiterns	259
Vom Spaß daran, ein geistliches Wesen	
zu sein	261
 VOM GEIST DES TROSTES	264
Sich selber Trost sein	264
Um einen Guru von innen bittend	265
Die Spiele der Unerlösten	271
 NACHWORT (Matthias Schnegg)	
Haltung, um zu halten	278
 DANKSAGUNG	281
 ANMERKUNGEN	282