

## Inhalt

	Seite
Weniger ist Meer .....	9
I. 45 Minuten bis zur Ankunft: Übergänge .....	20
II. Abhängig und frei: Naturbedingungen .....	34
III. Im Schritt-Tempo forschreiten: Zeit .....	46
IV. Sich hören müssen: Ruhe .....	63
V. Das Enge und das Weite: Räume .....	72
VI. Erkennen statt Wissen: Wahrnehmung .....	84
VII. Das Schweigen der Schönheit: Rebellion .....	90
Der Name ist mehr als Schall und Rauch .....	94