

VORWORT	7
KAPITEL 1	
Sehnsucht	17
KAPITEL 2	
Drei Hindernisse	25
KAPITEL 3	
Sehnsucht nach der Sehnsucht	33
KAPITEL 4	
Die Samen der Religionen	37
KAPITEL 5	
Spiritualität und Religion	47
KAPITEL 6	
Spiritualität ohne Religion	55
KAPITEL 7	
Wege zu uns selbst	73
KAPITEL 8	
Verbundenheit erfahren	87
KAPITEL 9	
Die eigene spirituelle Identität finden	99
KAPITEL 10	
Umfassende Liebe erlangen	115
DANKSAGUNG	123
LITERATURHINWEISE	124