

Vorwort von Rachel Naomi Remen	9
Einleitung: Die Wandlungskraft des Todes	15

Die erste Einladung

Warte nicht	33
1 Der Zugang zu den Möglichkeiten	35
2 Zugleich hier und im Verschwinden begriffen	48
3 Das Reifen der Hoffnung	69
4 Der Kern der Sache	87

Die zweite Einladung

Heiße alles willkommen, wehre nichts ab	109
5 Wie es ist	112
6 Wende dich deinem Schmerz zu	124
7 Die Liebe heilt	147

Die dritte Einladung

Gib dich ganz in die Erfahrung	163
8 Spiel keine Rolle, sei du selbst	165
9 Den inneren Kritiker zähmen	189
10 Der tosende Fluss	210
11 Die Schreie der Welt hören	234

Die vierte Einladung

- Finde mitten im Chaos einen Ort der Ruhe 255
12 Die Ruhe im Sturm 258
13 Vorsicht, Lücke! 280
14 Mutige Präsenz 302

Die fünfte Einladung

- Kultiviere den Weiß-nicht-Geist 325
15 Die Geschichte mit der Vergesslichkeit 328
16 Nicht-Wissen ist am nächsten 346
17 Ergib dich dem, was heilig ist 361

Epilog: Ins Leben hinein sterben 381

Dank 389

Anmerkungen 393