

Inhalt

Der Mönch in uns	9
Bloß weg hier	12
Wie man die Benediktsvita deuten kann	15
Vorbilder	20
Dem Mönch auf der Spur	23
Sich vom Vater lösen	23
PROLOG 1	
Sich von der Mutter lösen	28
KAPITEL 1,1-3	
Sich von der Selbsterlösung lösen	33
KAPITEL 1,4-5	
Sich von der Kirche lösen	38
KAPITEL 1,6-7	
Sich von der Kultur lösen	43
KAPITEL 1,8	
Sich von der Sexualität lösen	49
KAPITEL 2	
Sich von der Macht lösen	59
KAPITEL 3	
Bei mir sein	67
KAPITEL 3,5	
Alles Loslassen	73
KAPITEL 17 UND KAPITEL 37	

Von der Höhle auf den Berg	82
Dem Problem auf den Grund gehen	86
KAPITEL 4	
Treu bleiben, indem ich tiefer grabe	89
KAPITEL 5	
Verbinden statt trennen	92
KAPITEL 6	
Befehlskette – Segenskette	94
KAPITEL 7	
Kämpfe, die man nicht gewinnen kann	98
KAPITEL 8	
Neues werden lassen	101
KAPITEL 8–10	
Gelassen eine eingebildete Bedrohung entlarven	106
KAPITEL 10	
Der geschützte Raum	108
KAPITEL 11	
Die Intimität des gemeinsamen Mahles	112
KAPITEL 12	
Sich nicht vom eigenen Weg abbringen lassen	115
KAPITEL 13	
Woran man wahre Autorität erkennt	118
KAPITEL 14–15	
Der Verfall kommt von innen	121
KAPITEL 15	
Der Rückfall in alte Muster	123
KAPITEL 16	
Gott wirkt auch mit dem Schrägen	126
KAPITEL 18	

Von Herzen teilen	128
KAPITEL 19	
Dienen – die Kontrolle loslassen	132
KAPITEL 20	
Von der Hoffnung niemals lassen!	134
KAPITEL 21	
Den Träumen vertrauen	137
KAPITEL 22	
Die Wirkung meiner Worte und Taten über den Tod hinaus	141
KAPITEL 23	
Meine Beziehung zu den Verstorbenen	145
KAPITEL 24	
Sich dem eigenen Schatten stellen	148
KAPITEL 25	
Heilt die Kranken!	151
KAPITEL 26, 27	
Beten hilft	154
KAPITEL 27	
Eine unbegrenzte Energiequelle	157
KAPITEL 28, 29	
Man ist nie gefeit	161
KAPITEL 30	
Wie Kontemplation die Welt verändert	163
KAPITEL 31	
Demut macht lebendig	167
KAPITEL 32	
Die Liebe ist stärker	170
KAPITEL 33	

Für immer innig verbunden	177
KAPITEL 34	
Wenn auf einmal alles ganz klar ist	179
KAPITEL 35	
Der Mönch in mir braucht eine Lebensordnung	182
KAPITEL 36	
Kraftorte, die bleiben	185
KAPITEL 38	
Das Ziel ist das Ziel	187
Ein Mensch Gottes	189
Literatur	191