

# Inhalt

<b>Der Mönch in uns</b> . . . . .	<b>9</b>
<b>Bloß weg hier</b> . . . . .	<b>12</b>
<b>Wie man die Benediktsvita deuten kann</b> . . . . .	<b>15</b>
<b>Vorbilder</b> . . . . .	<b>20</b>
<b>Dem Mönch auf der Spur</b> . . . . .	<b>23</b>
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
<b>Literatur . . . . .</b>	<b>191</b>