

Vorwort zur Neuauflage 2018	15
Zur Einstimmung	17
Zum Hintergrund dieses Buches	19

1 Du bist gesegnet – sei einfach da 37

Mystik des Daseins

Den göttlichen Urklang hören:

Hildegard von Bingen 43

Inneren Bildern trauen:

Mechthild von Hackeborn 45

Die Geburt Gottes in uns erahnen:

Meister Eckhart 47

Angerührt von Gottes Gegenwart:

Jan van Ruusbroec 49

Wesentlich werden:

Angelus Silesius 50

Lebensbejahend sein 51

2 Entdecke die Wunder der Schöpfung – spüre deine Verwurzelung 57

Mystik des Staunens

Überwältigt sein vom Staunen:

Symeon der Neue Theologe 60

Radikal leben:	
<i>Franz von Assisi</i>	63
Staunendes Mitgefühl:	
<i>Gertrud von Helfta</i>	65
Die Mütterlichkeit Gottes erfahren:	
<i>Juliana von Norwich</i>	67
Lange-Weile wagen:	
<i>Thomas Müntzer</i>	70
Die Schönschrift Gottes:	
<i>Ernesto Cardenal</i>	72
Schöpfungsverbunden leben	74
Mehr sein als unser Begreifen	76

3 Werde du selbst –	
lasse dich	83
Mystik der Selbstwerdung.	

Widersprüchlichkeit aushalten:	
<i>Bernhard von Clairvaux</i>	87
Schreibend ich selbst werden:	
<i>Juana Inés de la Cruz</i>	90
Ausstrahlung des eigenen Wesens:	
<i>Edith Stein</i>	93
Mystik und Politik:	
<i>Dag Hammarskjöld</i>	96
Selbstwerdung als Lebensaufgabe	98
Selbstliebe statt Selbstverleugnung	100

**4 Wachse über dich selbst hinaus –
bleib deiner Sehnsucht
nach Gerechtigkeit treu107**
Mystik des Widerstandes

Widerstand aus innerer Freiheit:

Marguerite Porète111

Gerechtigkeit für alle:

Caterina von Siena114

Grenzenlose Hingabe:

Dorothy Day115

Widerstand und Ergebung:

Dietrich Bonhoeffer118

Mystik der Straße:

Leonardo Boff 121

Gerechtigkeit leben 123

**5 Verweile im Schweigen –
werde beziehungsfähiger129**
Mystik der Stille

Erleuchtete Finsternis:

Dionysius Areopagita 133

Bildlose Schau:

Die Wolke des Nichtwissens 136

Schweigen für den Frieden:

Niklaus von Flüe 138

Schweigend sein Leben vertiefen:

Francisco de Osuna141

Den inneren Ruheort finden:	
<i>Teresa von Avila</i>	142
Beredtes Schweigen	145
Das innere Wort	148
Einheit im Schweigen	150

6 Wage Konflikte –	
sei ein Zeichen der Versöhnung	155
Mystik des Friedens	155

Sich einmischen:	
<i>Birgitta von Schweden</i>	159
Aufmerksam sein:	
<i>Simone Weil</i>	161
Unermüdlich Frieden schaffen:	
<i>Thomas Merton</i>	164
Gewaltfreier Widerstand:	
<i>Martin Luther King</i>	168
Der dritte Weg	170

7 Genieße das Leben mit allen Sinnen –	
vertiefe die spirituelle Kraft	
deiner Sexualität	177
Mystik der Erotik	

Eros als göttliche Kraft: <i>Origenes</i>	182
Berührt zur leidenschaftlichen Liebe:	
<i>Mechthild von Magdeburg</i>	185

Zärtlich in der Seele geweckt:	
<i>Beatrijs von Nazareth</i>	189
Freundschaftsmystik:	
<i>Ramon Lull</i>	192
Die erotisch-spirituelle Kraft der Liebe	195
Ganzheitliche Liebe	198
Versöhnung von Sexualität und Spiritualität	201
Eros und Mystik	204

8 Bewege dich mit Leib und Seele - schaffe dir mehr Handlungsspielraum	211
Mystik des Tanzes	

Zum Handeln bewegt:	
<i>Dominikus</i>	216
Bewegt von der Liebe Gottes:	
<i>Rumi</i>	218
Zur Freiheit bewegt:	
<i>Die Beginen</i>	220
Bewegender Aufbruch:	
<i>Jakob Böhme</i>	224
Zum Hoffnungstanz bewegt:	
<i>Madeleine Delbr�l</i>	227
Sich bewegen lassen	230
Das Herzensgebet	232
In BeWEGung bleiben	233
Das Gebet verwandeln lassen	235

**9 Solidarisiere dich mit den Leidenden –
entfalte dein Mitgefühl243**
Mystik des Schreis

Frag-würdige Passionsmystik:

Angela da Foligno 247

Inneres Licht der Gewaltfreiheit:

George Fox 251

Farbe bekennen:

Dom Hélder Camara und *Oscar Romero* 253

Träume uns Gott:

Dorothee Sölle 257

Mystik der offenen Augen 260

Leidenschaftlich Gott suchen 262

Leidenschaftliche Gelassenheit 264

**10 Entfalte deine Achtsamkeit –
erfahre Sinn im Alltäglichen271**
Mystik des Alltags

Den Alltag heiligen:

Benedikt von Nursia 275

Alternatives Teilen:

Margarita Colonna 277

Gott in allen Dingen finden:

Ignatius von Loyola 281

Tiefendimension des Lebens:

Gerhard Tersteegen 284

Schöpferisch-politische Achtsamkeit 286

So vieles ist möglich 287

11 Lerne zu sterben – bleibe lebendig . . . 293

Mystik des Todes

Zu Grunde gehen:

Johannes Tauler 297

Entbildet werden:

Heinrich Seuse 300

Der Sehnsucht folgen:

Johannes vom Kreuz 302

Dem Glaubenszweifel nicht ausweichen:

Thérèse von Lisieux 306

Nach Sinn tasten:

Marie Noël 309

Die Kunst des Sterbens. 310

Tod als Neugeburt. 314

12 Lass dich zur Liebe verwandeln 319

Mystik der Liebe

Berührt von der allumfassenden Liebe Gottes:

Hadewijch von Antwerpen 323

Liebe differenziert:

Pierre Teilhard de Chardin 326

Für eine menschenfreundlichere

Kirche kämpfen. 330

Existenziell-mystisches

Gottesdienstfeiern 333

Geborgen und frei 341

Liste erwähnter Filme	343
Empfehlenswerte Einführungsbücher zur Mystik	345
Verwendete Literatur	347
Namensregister	376