

PRESSEMITTEILUNG

Echte Tiefe mitten im Leben finden

Ein Buch über die Kunst, die Oberfläche des Alltags zu durchdringen und mittendrin in die Tiefe zu gehen

(Neukirchen-Vluyn, 11.12.2024) In einer Zeit, in der der Rückzug aus dem Alltag als Schlüssel zu innerer Ruhe und spiritueller Tiefe gesehen wird, zeigt Daniel Sikinger in seinem neuen Buch „Mitten hinein“ eine erfrischend andere Perspektive. Er lädt ein, Stille und Tiefgang nicht außerhalb, sondern mitten im turbulenten Alltag zu entdecken und zu leben.

Sikinger, der drei Jahre lang in einem modernen Kloster in England Seminare zu Stille und Innehalten leitete, weiß auch aus persönlicher Erfahrung, wie schwierig es ist, im Alltag Raum für Spiritualität zu schaffen. Dennoch ist er überzeugt: *„Aus dem Alltag her auszutreten, kann allenfalls ein erster Schritt sein. Wirkliche Tiefe erleben wir, wenn wir lernen, mittendrin innezuhalten, still zu werden und einfach da zu sein“.*

„Mitten hinein“ plädiert für einen Perspektivwechsel, der die Welt um uns herum nicht als Hindernis, sondern voll von Möglichkeiten für Tiefgang wahrnimmt. Das Buch hinterfragt gängige Ansätze, die Stille, Einsamkeit und Innehalten als Abwesenheit von Aktivität oder äußeren Reizen definieren, und zeigt stattdessen Wege auf, diese Praktiken mitten in einem vollen Leben mit vielen Verpflichtungen und Verantwortung zu leben.

Das Buch kombiniert praktische Übungen mit Inspiration aus christlicher Mystik, Kunst, Musik und Fotografie. Mit alltagsnahen Beispielen und leicht umsetzbaren Methoden lädt es dazu ein, die Welt mit neuen Augen zu betrachten und innere Ruhe und Tiefe dort zu finden, wo man sie am wenigsten erwartet: mitten im Leben.

Daniel Sikinger, geb. 1980, ist Erzieher, Journalist, und Theologe. Seit mehr als 20 Jahren beschäftigt er sich mit Lebensweisen christlicher Mystiker:innen. In England leitete er drei Jahre in einem modernen Kloster die Einkehrzeiten und Seminare zu Stille und Innehalten. Wie viel mehr Tiefe und Lebendigkeit man so erlebt, erfährt er immer wieder selbst – sei es als Familienvater oder in der Öffentlichkeitsarbeit einer Hilfsorganisation.

Daniel Sikinger

Mitten hinein

Vom Geheimnis Gottes im Alltag. Schritte auf dem Weg in die Stille.

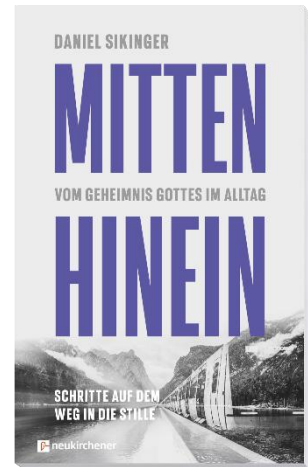
Englisch Broschur, 13,5 cm x 21,5 cm, 144 Seiten

ISBN 978-3-7615-7028-9

€ 18,00

neukirchener

Erscheint am 13.01.2025



Zum Buch kommen Sie über [diesen Link](#). Das **Cover-Bild** und eine **Leseprobe** finden Sie in unserer [Bilddatenbank](#).

Anfragen und Rezensionsexemplare an:

Lisa-Sophie Käsch – Presse- und Öffentlichkeitsarbeit – Neukirchener Verlagsgesellschaft mbH

Telefon: 02845. 392 7204

E-Mail: kaesch@neukirchener-verlage.de

www.neukirchener-verlage.de